

كلية التربية الرياضية للبنين - بالقاهرة
قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

أثر استخدام التعليم المبرمج على تعليم المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج

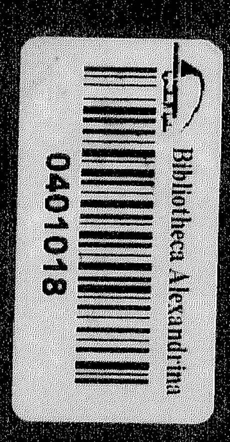
بحث مقدم من
محمد إسماعيل حامد عثمان
معيد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية
للبنين بالقاهرة جامعة حلوان

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير
فى طرق تدريس التربية الرياضية

إشراف

أ.د / ضياء الدين محمد أحمد العزب	أ.م.د/ إيهاب كامل عفيفى
أستاذ بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان	أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان

القاهرة
١٤٢٣ هـ - ٢٠٠٣ م





كلية التربية الرياضية للبنين –بالقاهرة
قسم المناهج وطرق تدريس التربية الرياضية

أثر استخدام التعليم المبرمج على تعليم المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسينج

بحث مقدم من
محمد إسماعيل حامد عثمان
معيد بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية
للبنين بالقاهرة جامعة حلوان

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير
فى طرق تدريس التربية الرياضية

إشراف

أ.د / ضياء الدين محمد أحمد العزب
أستاذ بقسم المناهج وطرق تدريس التربية
الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان

أ.م.د/ إيهاب كامل عفيفى
أستاذ مساعد بقسم المناهج وطرق تدريس التربية
الرياضية بكلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان

القاهرة
١٤٢٣ هـ –٢٠٠٣ م

بسم الله الرحمن الرحيم

"ولقد علمنا المستقدمين منكم ولقد علمنا المستأخرين"

صدق الله العظيم

سورة الحجر مكية

الآية ٢٤

بسم الله الرحمن الرحيم



كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم

قسم الدراسات العليا

قرار لجنة المناقشة والحكم
للحصول على درجة الماجستير

فـي تمام الساعة الخامسة مساءا يوم السبت الموافق ٢٠٠٣/١٢/٢٧م إجتمعت في مبنى الكلية اللجـنة المعـتمدة مـن السيد الأستاذ الدكتور / نائب رئيس الجامعة – لشئون الدراسات العليا والبحوث بجامعة حلوان بتاريخ ٢٠٠٣/١٢/٦م
والمشكلة من السادة الأساتذة :

١. أ.د . عادل فوزى جمال (مناقشا)

٢. أ.د. ضياء محمد أحمد العزب (مشرفا)

٣. أ.م.د. شريف فؤاد الجروانى (مناقشا)

٤. أ.م.د إيهاب كامل عفيفى (مشرفا)

وناقشت اللجنة علنا البحث المقدم من الدارس / محمد إسماعيل حامد عثمان والمعتمد تسجيله من السيد الأستاذ الدكتور / نائب رئيس الجامعة بتاريخ ٢٠٠٢/٣/٣م

وعـنوانه : أثـر استخدام التعليم المبرمج على تعليم المهارات الأساسية لرياضة كيك بوكسنج

وبعد مناقشة الدارس علنا فى موضوع البحث :

وبعد الاطلاع على النتيجة

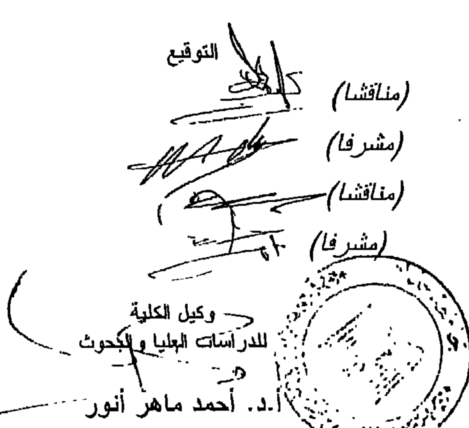
وبعد المداولة

قررت اللجنة باجماع الآراء التوصية بمنح الدارس / محمد أسماعيل حامد عثمان

درجة / الماجستير فى التربية البدنية والرياضة تخصص / طرق تدريس

أعضاء لجنة المناقشة والحكم : –

الأسـم		التوقيع
١. أ.د . عادل فوزى جمال	(مناقشا)	
٢. أ.د. ضياء محمد أحمد العزب	(مشرفا)	
٣. أ.م.د. شريف فؤاد الجروانى	(مناقشا)	
٤. أ.م.د إيهاب كامل عفيفى	(مشرفا)	



وكيل الكلية
للدراسات العليا والبحوث

أ.د. أحمد ماهر أنور

تحريرا فى : / /

الشكر والتقدير

يتقدم الباحث بعظيم الشكر والتقدير لله سبحانه وتعالى على ما قدمه له من نعمه وعلى توفيقه في أظهار هذا البحث بهذا المظهر .

كما يتقدم الباحث بجزيل الشكر والعرفان إلى الأستاذ الدكتور *ضياء الدين محمد أحمد العزب* على ما بذله من وقت وجهد حتى يخرج البحث بهذه الصورة كما أنه المثال الذى أحتذى به ، كما يتقدم الباحث بالشكر إلى الدكتور *إيهاب كامل عفيفى الأستاذ المساعد بالقسم* علي ما بذله من جهد أسهم في معاونة الباحث لتحقيق أهداف البحث .

كما يتقدم الباحث إلى كل من أستاذة ومعلمه وقدوته الأستاذ الدكتور / *عادل فوزى جمال* الأستاذ بقسم طرق التدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة حلوان ، الدكتور *شريف فؤاد الجروانى* الأستاذ المساعد بقسم مناهج وطرق تدريس بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا على تفضلهما بقبول مناقشة البحث .

كما يتقدم الباحث بعظيم الشكر إلى القائمين على رياضة الكيك بوكسينج فى الإتحاد المصرى للملاكمة على ما وجده من تعاون ومساهمة منهم فى اتمام هذا البحث .

وأخيرا وليس أخرا فان الباحث يقدم الشكر إلى والده ووالدته وأخويه ورفيقة حياته زوجته لأن عطائهم له كان ومازل بلا حدود فشكرا على عطائهم ورعايتهم للباحث .

الباحث

قائمة المحتويات

تابع قائمة المحتويات

قائمة الجداول

قائمة المرفقات

مرفق رقم (١) اختبارات لياقة بدنية

مرفق رقم (٢) بطارية الأختبارات البدنية للاعبى الملاكمة و الكيك بوكسينج من ١٢ – ١٤ سنة .

مرفق رقم (٣) استمارة استطلاع رأى

مرفق رقم (٤) أسلوب التقويم ومواصفات المحكم

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

- المقدمة ومشكلة البحث
- أهداف البحث
- فرض البحث
- المصطلحات المستخدمة

المقدمة ومشكلة البحث :

إن التعلـيم المبرمج طريقة من طرق التعليم أحدثت ثورة فى ميادين التربية والتعليم وكذلك فى التدريب الصناعى والعسكرى فى العالم حيث يرى Cleary (١٩٧٣) إنه طريقة للتعلم الفردى الذى يتحقق من خلال سلسلة من المصـطلحات أو النماذج المصممة التى تتطلب استجابات من المتعلم ثم تمده بالمعلومات طبقاً لنوع الاستجابة وهو يعتبر نوع من أنواع التعلم الذاتى يعمل فـيه المعلـم على قيادة التلميذ وتوجيهه نحو السلوك المنشود ، وهو برنامج أعدت فيه المادة التعليمية إعداداً خاصاً وعرضت فى صورة كتاب مبرمج .
(١٨ : ١٦٦)

كما أنه يسعى إلى وضع ضوابط على عملية التعلم وذلك بالتحكم فى تهيـئة مجـالات الخبرة التعليمية وتحديدها بعناية فائقة وترتيب متابعتها فى مهـارة ودقـة ، بحـيث يقوم الفرد عن طريقها بتعليم نفسه بنفسه واكتشاف أخطائـه وتصـحيحها حتـى يـتم التعلم ويصل المتعلم للمستوى المطلوب والمناسـب من الأداء . وقبل أن يسير الدارس فى هذه الخطوات فإنه يجتاز اختـبار أخر بعد الانتهاء من هذا البرنامج حتى يتسنى له معرفة ما حققه من أهداف الدرس ومستوى أدائه . وليس معنى هذا إن التعليم المبرمج أو الكتاب المبـرمج يمكـن أن يحل محل المدرس الإنسان الذى هو عنصر أساسى فى العملـية التعليمـية ولكنها وسيلة لمساعدة المدرس على تحسين عملية التعليم كما أنه يتيح له فرصة لتحقيق الأهداف التربوية التى طال فقدانها .
(٢٨ : ٧٥)

والكـيك بوكسينج Kick Boxing رياضة عالمية ، جاءت محصلة لـتطور الفـنون القتالية عبر العصور . أوجدها خبراء لديهم خبرة عالية فى مجـال الفـنون القتالية المختلفة .. وكان هدفهم من تأسيس هذا الإسلوب هو الخروج بإسلوب أكثر إثارة ، وتطوير قوانين القتال ، وأساليب التعليم لتصبح أكثر فعالية وسهولة ، واستحداث طرق جديدة فى التعليم ، التركيز ، النظام ، الصـحة والقـوة الذهنـية .. وقـد اعتمدوا على أساسيات الكاراتيه التقليدية

وغيـــرها من الفنون التقليدية من ناحية ضربات الأرجل وأساسيات الملاكمة ولكمـــات الأيدى وطريقة التحرك على الحلبة وقد اعتمدوا نظم وطرق فنون الكاراتيه والملاكمة فى بوتقة واحدة ، ولتحقيق هذا الهدف قام هؤلاء الخبراء بزيارات ميدانية لأكثر من مائة وخمسين نادياً ومركزا لتدريب الفل كونتاكت والكاراتـــيه فى اليابان ، أوروبا ، كندا والولايات المتحدة الأميريكة ، وقاموا خـــلال هـــذه الجـــولات والـــزيارات بإلقاء العديد من الأسئلة لتلك المدارس والمراكز ، ودونوا عيوب ومساوئ أساليب التلاحم الكامل وأساليب الكاراتيه التقليدية المعتمدة على عدم اللمس أو اللمس الخفيف . وبعد عامين من البحث والجمـــع ، للمعلومات والعمل على تطوير مختلف المهارات والفنيات ، أعلن عـــن الإسلوب الجديد وهو الفل كونتاكت – كاراتيه . وقد جذب هذا الإسلوب العديد من التلاميذ الممارسين لأساليب أخرى ومنهم من يخاف الفنون القتالية العســكرية بسبب الاحتكاك الجسدى العنيف ومن يود أن يصبح بطلا ومقاتلا علـــى مســتوى عالمـــى . وقد نجح هذا الإسلوب بالاحتفاظ بأعلى نسبة من التلامـــيذ والممارســـين لهذه الفنون ، باعتماد عدة طرق فى التدريب والقتال وقوانـــين المـــباريات ، ومـــع مرور الوقت أخذت هذه الرياضة استقلاليتها واســـتراتيجيتها وفلســـفتها الخاصة بها حتى أصبحت رياضة عصرنا هذا ، وتمارس بعنوان واسم الكيك بوكسينج عبر قوانين ثمانية هى : -

الفـــل كونتاكت Full Contact ، اللايت كونتاكت Light Contact ، الســـمى كونـــتاكت Semi Contact ، لوكـــيكس Low Kicks ، الـــتاى بوكســـينج Tai Boxing ، والمـــيوزيكال فورمـــز Musical Forms ، والأورينتال Oriental ، البادى كونتاكت Body Contact .(٣٦ : ١-٤)

ولمـــا كانـــت رياضة الكيك بوكسينج من الرياضات المدرجة حديثا بجمهورية مصر العربية ويسعى القائمون على شئون هذه الرياضة لأن تكون جمهورية مصر العربية من إحدى الدول المتقدمة على مستوى العالم فى هذه الرياضـــة ، والتى استطاعت مصر خلال فترة قصيرة من عمر اتحاد الكيك بوكســـينج أن تحقـــق (١٥) ميدالـــية متـــنوعة فى بطولات العالم للأساليب المخـــتلفة، ممـــا جعل وزارة الشباب فى هذه الآونة تدعم الرياضات الفردية مثل الملاكمة والمصارعة ورفع الأثقال والجودو والكيك بوكسينج والتايكوندو والكاراتـــيه لمـــا حققته تلك الرياضات من مستوى متقدم فى بطولات العالم

والــدورات الأوليمبية فى السنوات القليلة الماضية ، الأمر الذى دفع الباحث بصفته بطلا للجمهورية فى هذه الرياضة للسعى إلى القيام بهذه الدراسة لكى يتسنى للقائمين على شئون هذه الرياضة تعليم وتدريب ومعرفة تلك المهارات وذلــك لتعليمها للمبتدئين باستخدام التعليم المبرمج والذى استخدم من قبل فى تعليم العديد من الرياضات النزالية (ملاكمة – مصارعة – جودو – كاراتيه) حيث أنه حتى الآن وفى حدود علم الباحث لا يوجد أى بحث تناول موضوع الكيك بوكسينج بإستخدام التعليم المبرمج.

أهداف البحث :

١ – إعداد فيلم تعليمى مبرمج للمهارات الأساسية للكيك بوكسينج .

٢ – تهــدف هــذه الدراســة إلى التعرف على أثر استخدام التعليم المبرمج باستخدام الفيديو على تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج .

فرض البحث :

تــوجد فــروق دالــة إحصائياً فى تعليم المهارات الأساسية لمهارات الكــيك بوكســينج بــين المجمــوعة التجريبية (التعليم المبرمج) والمجموعة الضابطة (الطريقة التقليدية) لصالح المجموعة التجريبية .

المصطلحات المستخدمة :

١ – التعليم المبرمج Programmed Instrution

طــريقة من طرق التعليم الفردى تمكن الفرد من أن يعلم نفسه بنفسه ذاتياً بواسطة برنامج أعد بأسلوب خاص يستند إلى النظرية السلوكية الجديدة فــى علم النفس ، هذا البرنامج يعرض المادة العلمية فى صورة كتاب مبرمج أو أداة تعليمية أو فيلم مبرمج . (٣٥ : ١٩٧)

٢ – الكتاب المبرمج Programmed Book

هو عبارة عن كتاب منظم بطريقة تختلف عن طرق العرض العادية، وهــو أحــد طــرق عرض المادة التعليمية ، حيث تعد المادة التعليمية مقدما وتقســم إلــى أجــزاء أو وحدات متغيرة (أطر) وكل وحدة عبارة عن فقرة تعليمــية تعــتمد على خبرة الدارس السابقة ، مع الإستعانة بالتلميح بالأمثلة ، وتســتند على منح الدارس أستجابة يسجلها فى مكان خاص ثم يوجه الدارس

فــوراً إلــى مقارنة أجابته بالإجابة الصحيحة المسجلة فى مكان خاص داخل الكتاب المبرمج . (٣٥ : ١٠٤)

٣- البرنامج الخطى Wasch - ahead programme

هــو نــوع من أنواع البرمجة ، يسير فيها جميع المتعلمين من إطار إلى أخر بنفس الترتيب ، إلا أن كل متعلم يسير فيه حسب سرعته الذاتية .
(٦ :١٩٣)

٤- الإطار Frame

هو الوحدة الصغيرة التى يتركب منها البرنامج ويتكون الإطار من :-
(أ) المثير (الأسئلة) .
(ب) الإستجابة (رد الفعل) .
(ج) التعزيز (عملية تأكد تقدم للطالب) . (٣٥ :١٩٠)

٥- التقويم الداخلى Internal evaluation

هــو عملية أساسية تجرى أثناء إعداد البرنامج ، لرفع درجة فاعليته إلى أقصى حد ممكن للتأكد من أنه يؤدى إلى تحقيق أهدافه .(٣٥ :٩٩)

٦- التقويم الخارجى External evaluation

هو عملية قياس فاعلية التعليم الذاتى ومقارنته بالتعليم التقليدى .
(٣٥ :٩٩)

٧- البطل العالمى (*)

هــو اللاعــب الــذى حقق أحدى الميداليات فى بطولات العالم الذى ينظمها الأتحاد الدولى بعد أداء عدة مباريات .

٨- المهارات فى الكيك بوكسينج (*)

هــى المهــارات التى يؤديها اللاعب خلال البطولة التى يشارك فيها مستخدماً القبضتين أو الذراعين أو القدمين هجوماً ودفاعاً أو هجوما مضادا .

(*) تعريف إجرائى

٩- المهارات الأساسية

هـــى أوضـــاع وحركات بالقدمين تراعى فيها مراكز الثقل والإتزان بالنســـبة للاعب ولكمات باليدين وركلات بالقدمين تؤهل اللاعب لتعلم أساليب الـــدفاع والهجوم فى الكيك بوكسينج ، وأداء مجموعة من المهارات المسلسلة فى إطار جمالى قوى فى الكيك بوكسينج .(٣٢ :٢)

١٠- أساليب الكيك بوكسينج

أ-اللايت كونتاكت Light Gontact

- غير مسموح بالضربات القوية المؤثرة (ممنوع الضربة القابضة).
- كل لكمة ناجحة تحسب بنقطة واحدة.
- كل ركلة ناجحة فى الجسم تحسب بنقطتان.
- كل ركلة ناجحة فى الرأس تحسب بثلاث نقاط.

ب- البدى كونتاكت Body Gontact

- مسموح باللكم فى الجسم وليس فى الرأس.
- مســـموح بالـــركلات بطـــول الفخذ وحتى الجزء العلوى من الجسم وفى الرأس.
- الركلات تحت الركبة غير مسموح بها.
- غير مسموح بضربات الركبة فى الجسم والرأس.
- غير مسموح بتكتيكات القبض والمصارعة.
- كل أنواع قش الخصم بالقدم مسموح بها ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

جـ- الفل كونتاكت Full contact

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس.
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم وفى الرأس.
- غير مسموح بضربات الركبة فى الجسم والرأس.

- كل لكمة ناجحة تحسب بنقطة و احدة.
- كل ركلة ناجحة فى الجسم تحسب بنقطة و احدة.
- كل ركلة ناجحة فى الرأس تحسب بنقطتان.
- كل ركلة طائرة ناجحة فى الرأس تحسب بثلاث نقاط .
- علـــى كـــل ملاكم أداء ٦ ركلات على الأقل فى الجولة، و إذا فشل تضاف الـــركلات المتبقية للجولة التالية، و إذا تبقى ركلات أخرى فى النهاية فيتم معاقبة الملاكم بخصم نصف نقطة كجزاء على كل ركلة متبقية.
- كل أنواع قش الخصم بالقدم مسموح بها ولكن من مدى قصير و لا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

د- لوكيكس Low Kicks

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس.
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم و الرأس.
- مسموح بالركلات بطول الفخذ أمام وداخل وخارج الفخذين.
- الركلات أسفل الركبة غير مسموح بها.
- كـــل أنواع القش الخصم بالقدم مسموح ولكن من مدى قصير و لا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

هـــ- أورينتال Oriental

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات بطول الفخذ أمام وداخل وخارج الفخذين.
- غير مسموح بالركلات أسفل الركبة.
- مسموح بالضرب بالركبة فى الجزء العلوى من الجسم.

- مسموح بمسك الرأس فقط عندما يكون الملاكم فى محاولة للضرب بالركبة.
- كل أنواع القش الخصم بالقدم مسموح ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

و- تايا بوكس Thai Boxing

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات فى الفخذ وأسفل الركبة.
- مسموح برمى الخصم جانبا باستخدام تكنيكات الرمى، والرمية الناجحة لا تحسب بنقطة.
- مسموح بمسك الرجل لحظيا بعد الركلة.
- غير مسموح بضربات الكوع.
- كل أنواع القش الخصم بالقدم مسموح ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.
- غير مسموح باستخدام ظهر القبضة فى أى أسلوب من أساليب الكيك بوكسينج .

ز- شكل أسلوب .Semi Contact

- الضربات القوية غير مسموح بها.
- اللكمات المسموح بها هى المباشرة وخلف القبضة.
- كل ركلة ناجحة تحتسب بنقطة واحدة.
- كل ركلة ناجحة فى الرأس تحتسب بثلاث نقاط.
- كل أنواع إسقاط الخصم بالقدم مقبول ولكن من مسافات قصيرة وعلى ذلك فأسقاط الخصم على الأرض (رمية) بصورة ناجحة يحتسب بنقطتين .

- عندما يصل الفرق إلى ١٠ نقاط في المباريات التمهيدية تتوقف عندها المباراة بالفوز خارج المستوى أما فى المباريات النهائية فيجب أن يصل فارق النقاط إلى ١٥ نقطة.
- تعطى النقاط بنظام الأغلبية حيث يقوم بإدارة المباراة حكم حلقة وقاضيان يتحركان على الخطوط وعند حدوث تسجيل لكمة أو ركلة يشير كل من الحكم والقاضيان بطريقة متفق عليها بالنقاط المستحقة ويعطى القرار لحظيا من حكم الحلقة بالأغلبية.
- فى الخروج الأول والثانى يقوم الحكم بإعطاء تنبيه للملاكم وفى الخروج الثالث وكل خروج آخر بعد ذلك يقوم الحكم بإعطائه إنذار ولأحتساب الخروج يجب أن تكون كلا القدمين خارج البساط ولا يستخدم ذلك فى حالة اللعب على حلقة.

*** ويتلقى الملاكم إنذار لأفعال مثل:-**

*- ضربة قوية جدا، إعطاء ظهرة لهجوم المنافس، الاستمرار فى الخروج، الضرب فى مناطق ممنوعة من الجسم، السقوط لتجنب هجوم المنافس، وأسباب أخرى عديدة مثل ما سبق.

*- لا تعطى أى نقاط لتكنيكات إخلال التوازن.

*- إذا ما انتهت المباراة بالتعادل، يجب عندها مد التنافس بين الملاكمين لمدة دقيقة إضافية وإذا ما انتهى الوقت الإضافى بالتعادل يفوز الملاكم الذى حصل على أول نقطة.

ح- الميوزيكال فورمز

وهو أسلوب يعتمد على أداء اللاعب لمجموعة حركات فنية على الحلقة باستخدام الأوقات المختلفة مثل الرمح - العصا - السيف ويحصل على درجاته من القضاه بعد انتهاء الأداء الحركى له (٣٢ : ٢ -١٢) .

الفصل الثانى

القراءات النظرية والدراسات المرتبطة

أولا- القراءات النظرية

١- ماهية التعليم المبرمج .
٢- أهداف التعليم المبرمج .
٣- أنواع التعليم المبرمج .
٤- مبادئ التعليم المبرمج .
٥- قواعد التعليم المبرمج .
٦- مميزات التعليم المبرمج .
٧- أساليب الكيك بوكسينج .
٨- المهارات المسموح بها فى الكيك بوكسينج .
٩- خصائص المرحلة السنية (١٤ - ١٦سنة) .

ثانيا- الدراسات المرتبطة

أ- الدراسات العربية .
ب- الدراسات الأجنبية .
جـ- التعليق على الدراسات .

أولاً: القراءات النظرية

١- ماهية التعليم المبرمج:

تــرى كوثر كوجك (١٩٩٧م) أن التعليم المبرمج طريقة للتدريس، تقســم فيها المادة الدراسية بطريقة منطقية إلى خطوات صغيرة منظمة فى تتابع، تتطلب كل خطوة منها إستجابة إيجابية من التلميذ، وعن طريق التدعيم المــتدرج لاستجابات التلميذ، وعن طريق تزويده بتغذية مرتدة تتصل بصحة إستجابته ، يتقدم التلميذ نحو تعلم ما قصد له أن يتعلمه (٢٤ :٣٤٣).

والتعليم المبرمج هو أحد أساليب التعلم الذاتى، والتى تمكن الفرد من أن يعلــم نفســه بنفســه ذاتيا بواسطة برنامج أعد بأسلوب خاص، يستند إلى النظــرية السلوكية (نظرية سكنر) فى علم النفس، هذا البرنامج يعرض المادة العلمــية فى صورة كتاب مبرمج أو أداة تعليمية أو فيلم مبرمج، وتعد المادة العلمية مقدما، وتقسم إلى أجزاء أو وحدات صغيرة (أطر)، ولا ينتقل المتعلم مــن إطــار إلــى آخــر إلا بعد إجتياز الإطار الأول ، وتنفيذ ما يطلب منه بصورة صحيحة (١١ : ٩٧-١٠٤).

والتعلــيم المبــرمج باعتــباره تعليما ذاتيا يتم فيه التفاعل بين التلميذ والمــدرس إلــى أقصى درجة من درجات الكفاية، وذلك من خلال البرنامج التعليمــى الــذى يعــده بمهارة أو يوضع فى آلة تعليمية، وبواسطة البرنامج التعليمــى المبــرمج يســتطيع التلمــيذ أن يســتقبل المادة العلمية، والأمثلة والتوضــيحات ، ويجــيب عليها، ويتلقى بعدها التوجيهات الجديدة، ويعرف فــورا هــل كانــت اســتجابته صحيحة أم لا، وهكذا يستمر فى التفاعل مع البرنامج (٢٦ :١٦٦).

٢- أهداف التعليم المبرمج:-

- تعليم الفرد كيفية مزاولته أو ممارسته للخبرات التعليمية بنفسه.
- تأكيد قدرة الدارس أو المتعلم على إدراك جوانب الموقف التعليمي.
- استخدام الدارس أو المتعلم لقدراته، وتوظيف استعداداته في سبيل الوصول إلى غايته.
- المرونة في الممارسة العملية للدارس أو المتعلم وفقا لإمكانياته الدراسية أو التحصيلية.
- إكساب الدارس أو المتعلم الثقة بنفسه نتيجة تحمله مسئولية التعليم والاعتماد على قدراته الذاتية (٢٠ :١٦١).

٣- أنواع التعليم المبرمج:-

هناك نوعان رئيسيان من البرمجة هما الأسلوب الخطى، والأسلوب التفريعى، وقد أشار لذلك كل من محمد النجيحى، ومحمد مرسى (٢٧) (١٩٧٧م) ، وآمال صادق، وفؤاد أبو حطب (٦) (١٩٨٤)م ، وكوثر كوجك (٢٤) (١٩٩٧م)، وأحمد خيرى كاظم، وسعد يس (٢) (١٩٧٣م)، كمال الدسوقى (٢٣) (١٩٧٧م)، وعبد العظيم الفرجانى (١٧) (١٩٨٥م).

النوع الأول: البرمجة الخطية – الطولية:-

ويرى "عبد العظيم الفرجانى" (١٩٨٥م) أن النوع الأول: البرمجة الخطية – الطولية هو من إضافات "سكنر" (Skinner) ومعاونية، ويقوم على تحليل المادة الدراسية لأجزاء مستقلة، يسمى كل منها إطار، وتتوالى الأطر في نمط أفقى مستقيم، وتقدم الاسئلة مباشرة فى البرنامج الخطى، بحيث يفكر التلميذ ويكتب إجابته المنشأة، وتسمى البرمجة الخطية ببرامج الخط المستقيم، الذى يبدأ من السلوك الأولى إلى السلوك النهائى المطلوب، ولذلك فإن كل إطار يتضمن الاستجابة الصحيحة للإطار السابق، بالإضافة

إلـــى المعلـــومات الجديـــدة، والمنبهات، أى أن استجابة التلميذ يتم تعزيزها مباشرة، ولذلك يفضل استخدام البرمجة الخطية (١٧ :٦٥).

كما يرى "كمال الدسوقى" (١٩٧٧م) بأن البرمجة الخطية- الطولية تعـــود بأقـــل خطـــأ فى الاستجابات، لأن البرنامج يتم تدوينه بالطريقة التى تضـــمن صـــحة معظم الاستجابات، ويتحقق له ذلك حيث أن كل تلميذ يعمل علـــى قـــدر جهده، ومع أن كل نوع من أنواع البرامج ذات أطراف صغيرة تماما أكبرها لا يزيد على حجم الصفحة الواحدة ، فإن أطر البرنامج الطولى تكـــون أصـــغر، حيث كل منها يتناول قدرا صغيرا جدا من المادة التعليمية، والخطـــوات بـــين أطر المعلومات المتتابعة صغيرة أيضا، ولا تظهر المادة الجديـــدة فقـــط بغير تمهيد سابق، وهى مصممة بحيث تأتى أغلب استجابات التلميذ صحيحة (٢٣ : ٢٥٢).

النوع الثانى: البرمجة التفريعية:-

ذكـــرت "أمال صادق" "وفؤاد أبو حطب" (١٩٨٤م) ، أن النوع الثانى مـــن البـــرمجة التفـــريعية يطلق عليه البرنامج المتشعب، ويعود الفضل فى ابـــتكاره إلى "كراودر" (Crawder) وعنده يشمل الإطار فقرة أو فقرتين من المعلومات (أكثر تعقيدا مما يحتويه الإطار فى البرنامج الخطى عند "سكنر" (Skinner)، ثـــم يـــوجه ســـؤالا من نوع الاختيار من المتعدد، يجيب عليه المـــتعلم باختـــياره إجابة واحدة بين عدة إجابات مقترحة، فإذا كانت الإجابة صـــحيحة يطلب البرنامج من المتعلم الانتقال إلى إطار آخر أصعب، أمام إذا كانـــت الإجابـــة خاطـــئة فـــإن المتعلم ينتقل إلى (تفريغ) تشخيصى علاجى، ويســـتمر فـــى ذلك حتى يختفى الخطأ فينتقل المتعلم إلى (الأصعب) ، وهذه الأطر الجديدة تسمى تفريعات، أى أنها تخرج بالمتعلم مؤقتا عن مسار التعلم المـــنظم، ويـــتم ذلـــك قـــبل أن يسمح للمتعلم بالعودة مرة أخرى إلى المسار

الأساســـى للتعلـــيم والـــتقدم فيه، أى أن البرمجة التفريعية أسلوب تشخيصى لنواحـــى القـــوة والضعف فى التعليم، وأسلوب علاجى لأخطاء المتعلم، إلى جانـــب أنـــه أسلوب اكتساب، وهو بذلك يحتاط بتوفير ذخيرة من الأطر التى يمكـــن أن تســـتخدم فى عرض التشخيص والعلاج كلما تطلب الأمر، ذلك حتى يسمح للمتعلم بالتقدم نحو الأطر الأكثر صعوبة .(٦: ٤١٧ -٤٢٠).

خطوات إعداد الوحدات المبرمجة:

تـــناول كثيـــر مـــن الباحثين خطوات إعداد الوحدات المبرمجة، وقد حددها "هارتلى" (Hartely) (١٩٧٢م) كما يلى :-

١- تحديد الأهداف وصياغتها فى عبارات سلوكية.

٢- تحديد مستوى معلومات ومهارات التلميذ.

٣- تحديـــد وتحليل المواد المراد تعليمها بحيث تتسلسل جيدا مع تحديد طرق التعليم المناسبة للتعليم المبرمج.

٤- اختبار مبدئى لمدى صلاحية البرنامج على عينة من التلاميذ.

٥- تقويم البرنامج وتعديله قبل تطبيقه (٤٢ :٤٠).

وحددها "فخر الدين القلا" (١٩٨٦م) فيما يلى :-

١- تحديد السلوك النهائى.

٢- تحديد السلوك المبدئى قبل تعلم البرنامج.

٣- وضع مقاييس السلوك المحكمة.

٤- تحديد المحتويات الجزئية للمادة.

٥- بيان العلاقات الخاصة بين محتويات المادة الدراسية.

٦- بناء النظام التتابعى المتسلسل لمحتويات البرنامج.

٧- كتابة الأطر التعليمية للبرنامج.

٨- التجريب الأولى للبرنامج والتحليل والمراجعة.

٩- التطبيق الرئيسى للبرنامج (٢٢ :٢٤ -٥٦).

كما تناولت "رمزية الغريب" (١٩٨٦م) خطوات إعداد الوحدات المبرمجة كما يلى:

١- التعرف على المتعلم من حيث سنه وجنسه ومستوى استعداداته العقلية ومستواه الدراسى.

٢- تحديد نوع النشاط والسلوك المطلوب من المتعلم.

٣- تحديد المستوى والهدف المراد التوصل إليه من البرنامج.

٤- تحديد الخطوات اللازمة لتحقيق الهدف النهائى.

٥- الاستعانة بعدد المثيرات المساعدة والمثيرات الحادثة التى يمكن أن تساعد المتعلم على الاستجابة الصحيحة استراتيجيات الموقف التعليمى (مثير - استجابة - تعزيز).

٦- تجربة الكتاب المبرمج قبل استخدامه فى صورته النهائية.

٧- تقويم البرنامج وتعديله.

٨- كتابة البرنامج فى صورته النهائية (١٢ :٢٢٦، ٢٣١).

كما حددها "ضياء الدين محمد أحمد العزب" (١٩٩٠م) فيا يلى:-

١- تحديد السلوك النهائى المرغوب فيه.

٢- تحديد خصائص المتعلم.

٣- تحديد الاستراتيجيات (الأطر).

٤- كتابة الوحدات المبرمجة فى صورتها الأولية.

٥- التقويم (الداخلى - الخارجى). (١٥ : ٢٦)

ومن ذلك العرض لوجهات النظر فى خطوات إعداد الوحدات المبرمجة ، فقد حدد الباحث خطوات إعداد الوحدات المبرمجة كما حددها ضياء الدين محمد أحمد العزب (١٥) ، وذلك لأن هناك أوجه إتفاق بينه

وبـين باقـى وجهـات النظر الأخرى فى موضوع خطوات إعداد البرنامج ويمكن توضيحها فى الآتى :-

١- تحديد الهدف من البرنامج .

٢- تحديد مستوى اللاعبين وتحديد السلوك المبدئى .

٣- كتابة الأطر وإعداد تصويرها بالفيديو (الاستراتيجيات) .

٤- كـتابة البـرنامج فى صورته الأولية وإعداده وتصويره فى شرائط فيديو .

٥- مرحلة التقويم (الداخلى - الخارجى) .

٤- مبادئ التعليم المبرمج:-

يرى "حسين الطوبجى" (١٩٨٨م) أن أهم مبادئ التعليم المبرمج هى:

- تقسيم كل عمل أو مهمة إلى الخطوات الصغيرة التى تتكون منها.
- الاستجابة والمشاركة الإيجابية.
- المعرفة الفورية لنتيجة الاستجابة التى تمت أو التعزيز.
- السير فى التعليم حسب قدرة المتعلم الشخصية.
- الاعتماد على التقييم الذاتى للمتعلم (١٠ :٢٦٣،٢٦٢).

أمـا هارتلـى Hartely (١٩٧٠م) فقـد حـدد أهم مبادئ التعليم المبرمج فيما يلى:

- يجب أن يعمل التلميذ فى البرنامج بمفرده وبسرعته الخاصة.
- يجـب أن يعمل التلميذ فى أطر صغيرة متدرجة الصعوبة و أن يطلب منه الاستجابة بطريقة محددة.
- يجـب أن يصـمم البرنامج بحيث يسمح بأقل قدر من الخطأ فى استجابة الدارس.
- يتم بعد كل إطار مباشرة معرفة نتيجة الاستجابة (٤١ : ٤٠)

وقـــد ذكرت محاسن رضا أحمد (١٩٧٦م) أسس التعليم المبرمج نقلا عن "سكنر" (Skinner) فيما يلى:-

- تحديد السلوك النهائى المراد من الدارس أن يتعلمه بعد الانتهاء من دراسة البـــرنامج ومكـــونات هذا السلوك تحديدا دقيقا، وذلك فى ضوء الأهداف التربوية المراد تحقيقها.
- تحلـــيل الخبـــرات التعليمـــية المؤدية إلى هذا السلوك وتقديمها بالتدريج، وتعـــرض على هيئة مشكلات أو مثيرات تتطلب من الدارس أن يستجيب لها بطريقة أو بأخرى، وتترتب كل مشكلة من المشكلات المعروضة على الدارس على الاستجابة لسابقتها.
- حصـــول الدارس على تعزيز فورى لاستجابته، ولأهمية التعزيز الإيجابى الـــناتج عن إستجابة الدارس الصحيحة، فإن "سكنر" أكد على أهمية تمكن الـــدارس مـــن المشـــكلات المعروضة عليه، وقدرته على الاستجابة لها إستجابة صحيحة.
- يـــتوقف تقـــدم الدارس فى دراسته للبرنامج حسب قدرته، فبما أن الدارس يمكـــنه أن يـــدرس البرنامج بطريقة فردية، فإنه يستطيع أن يستغرق فى دراسته الوقت الذى يناسب قدراته طال هذا الوقت أم قصر.
- إعـــداد البـــرنامج بطـــريقة علمـــية، وهذا الأساس رغم أنه لا يظهر فى البـــرنامج بطريقة مباشرة، إلا أنه ضرورى لتوفير سائر الأسس الأخرى، فمعـــد البـــرنامج يجربه باستمرار خلال مرحلة إعداده وبعدها، ليتأكد من خـــلال تحليله لأخطاء الدارسين من أن المشكلات المطلوب الاستجابة لها مناســـبة مـــن حيث الحجم والترتيب، وعلى ضوء هذا التحليل يتم إدخال التعديلات على البرنامج سواء فى المحتوى أو التنظيم أو أسلوب العرض.

(٢٦ : ٢٠، ٢١)

٥- قواعد التعليم المبرمج:-

- أن تصـــاغ أهداف البرنامج بعبارات سلوكية تحدد سلوك المتعلم، وتصف أداء قابلا للقياس.
- أن تحـــدد شروط الأداء، فيوضح البرنامج ما إذا كان المطلوب هو إنشاء إجابة ، أو الاختيار من بين إجابات متعددة.
- أن يحـــدد الموضـــوع التعليمـــى، الـــذى سيتلقى البرنامج، وأن تحدد تلك المعلـــومات التـــى فى متناول الباحث، حتى لا يفاجأ واضع البرنامج عند تطبـــيقه بأنـــه يكرر للطالب معلومات سبق تعلمها، وكذلك لا يقدم للطالب برنامجا يقوم على مستوى تحصيلى معين غير متوفر لدى المعلم.
- أن يحرص واضع البرنامج على عدم حشد الكثير من المعلومات فى كـــل إطار، تفاديا لوقوع الطالب فى أخطاء لا داعى لها، وأن يتوخى المبـــرمج البســـاطة والوضـــوح سواء فى تقديم المثال أو فى تقديم السؤال.
- أن يعنـــى واضـــع البـــرنامج بتجزئة المادة العلمية فى أطر صغيرة يســـهل تعلـــيمها ويســـهل بالتالى الإجابة عليها وتدعيم هذه الإجابة الصحيحة .
- أن يبنى البرنامج بأسلوب خبرات مشوقة ، يحفز الطالب على الإنتباه لها ، ويركز إهتمامه عليها ويبعد الملل والشرود .
- أن يشـــتمل علـــى الخبـــرات المرحلية التى يمكن تقديمها كنوع من المراجعة بعدد معين من الأطر ، والإجابة على هذه الأختبارات تمثل نوعاً من التغذية المرتدة بالنسبة لكل من المدرس والتلميذ .

- أن يختتم البرنامج بإختبار نهائى يمثل الإجابة الصحيحة ويحدد عملية وصـــول الطالـــب إلى إكتساب السلوك المحدد منذ البداية كهدف فى البرنامج . (٣٢ : ٧٤ ، ٧٥)

٦- مميزات التعليم المبرمج:-

أشارت "رمزية الغريب (١٩٨٦م) أن مزايا التعليم المبرمج هى:

- يـــتفوق التعليم البرنامجى عن طريق الكتاب على طريقة التعليم الحالى فى معدل التقدم فى التعلم، وفى اختصار كثير من وقت المتعلم وجهده.
- يـــتفوق التعليم البرنامجى عن طريق الكتاب المبرمج على التعليم بالطريقة العاديـــة فـــى حجم التذكر، وطول مدة احتفاظ المتعلم بالخبرة المتعلمة فى الذاكرة بنسبة (٣ :١) ، أى نسبة ما يتذكره التلميذ بطريقة الكتاب المبرمج تبلغ ثلاث أمثال ما يتعلمه بالطريقة العادية.
- تفـــوق التعلـــيم البرنامجى فى تجريد الخبرة وتعميقها وانتقال أثر التدريب، وذلك لأن التعليم البرنامجى يساعد على تعميق المثيرات أكثر من الطرق العاديـــة فى التعليم، مما يمكن استخدام الإجابة المتعلمة فى مواقف عديدة جديدة.
- ويمكـــن استخدام حوافز داخلية أو دوافع أولية فى التعلم بالطريقة التقليدية، على أن هذه الحوافز تتأثر بعوامل عديدة، مثل: شخصية المعلم، أو طبيعة المـــتعلم وميله للخبرة المراد تعلمها، أما فى التعليم البرنامجى فإننا نلاحظ أن الحوافـــز الداخلـــية أو الدافعية الأولية تكون كنتيجة منطقية لاستخدام التعزيز الدورى الزمنى والاستجابة بطريقة منتظمة.(١٢: ٢٣٢ ، ٢٣٣)

٧- أساليب الكيك بوكسينج :-

أ- Light Gontact

- غير مسموح بالضربات القوية المؤثرة (ممنوع الضربة القابضة).

- كل لكمة ناجحة تحسب بنقطة واحدة.
- كل ركلة ناجحة فى الجسم تحسب بنقطتان.
- كل ركلة ناجحة فى الرأس تحسب بثلاث نقاط.

ب- Body Gontact

- مسموح باللكم فى الجسم وليس فى الرأس.
- مسموح بالركلات بطول الفخذ وحتى الجزء العلوى من الجسم وفى الرأس.
- الركلات تحت الركبة غير مسموح بها.
- غير مسموح بضربات الركبة فى الجسم والرأس.
- غير مسموح بتكتيكات القبض والمصارعة.
- كل أنواع قش الخصم بالقدم مسموح بها ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

جـ- Full contact

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس.
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم وفى الرأس.
- غير مسموح بضربات الركبة فى الجسم والرأس.
- كل لكمة ناجحة تحسب بنقطة واحدة.
- كل ركلة ناجحة فى الجسم تحسب بنقطة واحدة.
- كل ركلة ناجحة فى الرأس تحسب بنقطتان.
- كل ركلة طائرة ناجحة فى الرأس تحسب بثلاث نقاط .
- على كل ملاكم أداء ٦ ركلات على الأقل فى الجولة، وإذا فشل تضاف الركلات المتبقية للجولة التالية، وإذا تبقى ركلات أخرى فى النهاية فيتم معاقبة الملاكم بخصم نصف نقطة كجزاء على كل ركلة متبقية.

- كل أنواع قش الخصم بالقدم مسموح بها ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

د- Low Kicks

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس.
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم والرأس.
- مسموح بالركلات بطول الفخذ أمام وداخل وخارج الفخذين.
- الركلات أسفل الركبة غير مسموح بها.
- كـــل أنواع القش الخصم بالقدم مسموح ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

هـ- Oriental

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات بطول الفخذ أمام وداخل وخارج الفخذين.
- غير مسموح بالركلات أسفل الركبة.
- مسموح بالضرب بالركبة فى الجزء العلوى من الجسم.
- مســـموح بمســـك الـــرأس فقـــط عندما يكون الملاكم فى محاولة للضرب بالركبة.
- كـــل أنواع القش الخصم بالقدم مسموح ولكن من مدى قصير ولا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.

و- Thai Boxing

- مسموح باللكم فى الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات فى الجزء العلوى من الجسم والرأس .
- مسموح بالركلات فى الفخذ وأسفل الركبة.

- مسموح برمى الخصم جانبا باستخدام تكنيكات الرمى، والرمية الناجحة لا تحسب بنقطة.
- مسموح بمسك الرجل لحظيا بعد الركلة.
- غير مسموح بضربات الكوع.
- كـــل أنواع القش الخصم بالقدم مسموح ولكن من مدى قصير و لا تحتسب الكنسة الناجحة بنقطة.
- غيـــر مســـموح باســـتخدام ظهر القبضة فى أى أسلوب من أساليب الكيك بوكسينج .

ز - شكل أسلوب .Semi Contact

- الضربات القوية غير مسموح بها.
- اللكمات المسموح بها هى المباشرة وخلف القبضة.
- كل ركلة ناجحة تحتسب بنقطة واحدة.
- كل ركلة ناجحة فى الرأس تحتسب بثلاث نقاط.
- كل أنواع إسقاط الخصم بالقدم مقبول ولكن من مسافات قصيرة و على ذلك فأسقاط الخصم على الأرض (رمية) بصورة ناجحة يحتسب بنقطتين .
- عـــندما يصـــل الفرق إلى ١٠ نقاط فى المباريات التمهيدية تتوقف عندها المـــباراة بالفوز خارج المستوى أما فى المباريات النهائية فيجب أن يصل فارق النقاط إلى ١٥ نقطة.
- تعطـــى النقاط بنظام الأغلبية حيث يقوم بإدارة المباراة حكم حلقة وقاضيان يتحـــركان على الخطوط وعند حدوث تسجيل لكمة أو ركلة يشير كل من الحكـــم والقاضـــيان بطـــريقة متفق عليها بالنقاط المستحقة ويعطى القرار لحظيا من حكم الحلقة بالأغلبية.

- فــى الخروج الأول والثانى يقوم الحكم بإعطاء تنبيه للملاكم وفى الخروج الــثالث وكــل خروج آخر بعد ذلك يقوم الحكم بإعطائه إنذار ولأحتساب الخــروج يجــب أن تكون كلا القدمين خارج البساط ولا يستخدم ذلك فى حالة اللعب على حلقة.

* **ويتلقى الملاكم إنذار لأفعال مثل:-**

*- ضربة قوية جدا، إعطاء ظهرة لهجوم المنافس، الاستمرار فى الخروج، الضــرب فى مناطق ممنوعة من الجسم، السقوط لتجنب هجوم المنافس، وأسباب أخرى عديدة مثل ما سبق.

*- لا تعطى أى نقاط لتكنيكات إخلال التوازن.

*- إذا مــا انــتهت المباراة بالتعادل، يجب عندها مد التنافس بين الملاكمين لمــدة دقــيقة إضافية وإذا ما انتهى الوقت الإضافى بالتعادل يفوز الملاكم الذى حصل على أول نقطة.

٨- المهارات المسموح بها فى الكيك بوكسينج :-

أ- اليدان:-

اللكمــة المســتقيمة (JAB) ، اللكمــة الخطافــية (Hook) ، اللكمة الصــاعدة (Upper Cut) وتــنفذ جميع اللكمات من المنطقة المصرح باللكم فيها من القفازات فقط.

ب- القدمان:-

الــركلة الأمامــية (Front Kick) ، الجانبية (side Kick) الركلة الدائــرية (Round House) بــاطن القدم (Heel kick) الركلات الهلالية (crescent kick) العمــودية (Axe) الــركلات الطائــرة (Jamp kick) ويلاحــظ أن جميع الركلات العمودية والدائرية يجب أن تنفذ من باطن القدم، ويمنع الضرب من كعب القدم منعا باتا.

ج- الإسقاط:-

القــش أو الكــنس (Foot sweeps) على أن لا تعلو مستوى واقى القدم على أن تؤدى من المسافة القصيرة.

د- النقاط:-

كــل الركلات القوية التى تخترق دفاع المنافس تحتسب نقطة واحدة مع استثناء الركلات فى الرأس والتى تحتسب بنقطتان أو ثلاثة .

(٣٢ : ٢ – ١٢)

ثانيا : الدراسات السابقة

أ : الدراسات العربية

١ – **قــام كــل من حلمى لطفى الجمل وعبد النبى إسماعيل الجمال ومديحة محمــد الأمــام (١٩٨٨م) بدراسة عنوانها " فاعلية التعليم المبرمج فى تعلم بعض خطفات المصارعة للناشئين"** وقد اختار الباحثون عينة البحث مــن ثلاثين ناشئاً من مراكز تدريب المصارعة للناشئين بمحافظة الغربية تتراوح أعمارهم بين ١٥ سنة إلى ١٦ سنة ، وقد قسموا عينة البحث إلى ثــلاث مجمــوعات متســاوية العــدد كل منهم ١٠ ناشئين ، المجموعة التجــريبية الاولــى اســتخدمت طــريقة البرمجة مع المعلم والمجموعة التجــريبية الثانية وطبقت عليها طريقة البرمجة فقط ، والمجموعة الثالثة الضــابطة وأتــبعت الطريقة التقليدية فى التعلم ، وتم تنفيذ البرنامج لمدة ثــلاث أشهر ، بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً وزمن كل جلسة ساعتان وقد أســتخدم الباحثون المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى وتحليل التباين لمعالجــة البيانات إحصائياً ، وقد أشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن طريقة الــتعلم مــن خــلال البــرمجة مــع المعلم كانت أفضل فى تعلم خطفات المصارعة للناشئين . (١١)

٢ – **أجــرى صــفوت أحمد على حسانين(١٩٨٨م) بدراسة عنوانها " تأثير طــريقة البرمجة على تنمية الصفات البدنية وتعلم المهارات الحركية فى درس التــربية الرياضــية بالمــرحلة الــثانوية "** . أختيرت عينة البحث عشــوائياً من فصول الصف الأول الثانوى بنين بمدرسة الزقازيق الثانوية

العسكرية وبلغ عددها ٦٨ تلميذاً قام الباحث بتقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين مجموعة تجريبية ٣٤ تلميذاً استخدم معها الكتيب المبرمج فى التعلم ، ومجموعة ضابطة ٣٤ تلميذاً استخدمت الطريقة التقليدية ، وتم تطبيق تجربة البحث لمدة ٦ أسابيع بواقع حصتين فى الأسبوع وقد أستخدم الباحث المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى ومعامل الإرتباط وأختبار (ت) لدلالة الفروق لمعالجة البيانات إحصائياً وقد أشارت أهم نتائج هذه الدراسة إلى أن طريقة البرمجة (الكتيب المبرمج) كأحدى طرق التعلم الذاتى تؤثر تأثيراً إيجابياً على تنمية مستوى الصفات البدنية وإرتقاء مستوى الأداء المهارى فى الكرة الطائرة (التمرير من أعلى للخلف – الإرسال من أعلى للجانب – الضرب الساحق) وألعاب القوى (الوثب الطويل – العدو) للتلاميذ على الطريقة التقليدية . (١٤)

٣ – **قام عصام أحمد حسن السيد(١٩٨٨م) بدراسة عنوانها " تأثير استخدام التعليم المبرمج فى تعلم بعض مهارات المصارعة الرومانية "** . اختار الباحث عينة بحثه بالطريقة العمدية الطبقية فأشتملت على ٢٢ لاعباً ناشئاً من لاعبى المصارعة الرومانية للمرحلة السنية من ١٢ – ١٤ سنة وقسمها الباحث بالتساوى إلى مجوعتين متكافئتين أحدهما تجريبية ١١ ناشئاً استخدمت الكتاب المبرمج بطريقة الصور المتسلسلة والثانية ضابطة ١١ ناشئاً واستخدمت الطريقة التقليدية وقد أستغرق تطبيق البرنامج ٦ أسابيع بواقع ٦ ساعات لكل مهارة حيث كان عدد المهارات المراد أن يتعلمها الناشئ خلال البرنامج ٤ مهارات وقد استخدم الباحث اختبار ويلكوكسون للعينات الصغيرة (الطريقة اللامترية) والمتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى ومعامل الإرتباط لبيرسون واختبار (ت) لدلالة الفروق ، والنسب المئوية وذلك لمعالجة البيانات أحصائياً وقد اشارت أهم نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين استخدام التعليم المبرمج والتعليم بالطريقة التقليدية فى تعلم بعض مهارات المصارعة الرومانية للناشئين فى المرحلة السنية من ١٢ – ١٤ سنة ولصالح التعليم المبرمج . (٢١)

٤ – **أجرت مرفت محمد أحمد أمين(١٩٨٩م) بدراسة عنوانها " بناء برنامج تعلم ذاتى لتعليم الناشئات الوثب العالى "** . اختارت الباحثة ٢٦ تلميذة منم تلميذات المرحلة الإبتدائية بالصف الخامس تتراوح أعمارهن

من سن ٩ – ١٠ سنوات وتم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين ومتساويتين مجموعة ضابطة تتعلم بالطريقة التقليدية والأخرى تجريبية تتعلم عن طريق برنامج التعلم الذاتى واستخدمت المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى وأختبار (ت) لدلالة الفروق لمعالجة البيانات أحصائياً وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين استخدام التعليم الذاتى والتعليم بالطريقة التقليدية فى تعلم مسابقة الوثب العالى بطريقة فلوب وذلك على مستوى الأداء الفنى والمستوى الرقمى وعلى مستوى التحصيل المعرفى وعلى سرعة التعلم لصالح التعلم الذاتى (٣١)

٥- **قام مصطفى محمد أحمد الجبالى(١٩٨٩م) بدراسة عنوانها " تأثير استخدام التدريب الدائرى المبرمج فى درس التربية الرياضية على اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية "** . اختار الباحث عينة البحث بالطريقة العمدية من تلاميذ الصف الأول بإحدى المدارس الثانوية وبلغ حجم العينة ٧٥ تلميذاً مقسمين إلى مجموعتين أحداهما ٣٨ تلميذا طبق عليهم التدريب الدائرى المبرمج والاخرى ٣٧ تلميذا طبق عليهم الطريقة التقليدية وقد طبق البرنامج لمدة أثنى عشر حصة واستخدم الباحث المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى وأختبار (ت) لدلالة الفروق والنسب المئوية وذلك لمعالجة البيانات إحصائياً وقد أشارت النتائج إلى أن طريقة التعليم المبرمج (الكتاب المبرمج) كاحدى طرق التعليم الذاتى فعالة فى تنمية اللياقة البدنية وأفضل من الطريقة التقليدية . (٣٠)

٦ – **قام ضياء الدين محمد أحمد العزب(١٩٩٠م) بدراسة عنوانها " أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الملاكمة "** . واستخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة التعرف على أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الملاكمة ، وقد أختار الباحث عينة البحث من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بالقاهرة ، وعددهم (١٥٥) طالبا . تم استبعاد (٣٥) طالباً وقسم الباقون إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين ، المجموعة الأولى تجريبية وعددها (٦٠) طالباً ، استخدمت طريقة التعليم المبرمج والأخرى ضابطة وعددها (٦٠) طالباً ، استخدمت الطريقة التقليدية المعالجات الأحصائية : المتوسط الحسابى ، الانحراف

المعـــيارى ، اختـــبار (ت) ، معامـــل الارتـــباط ، معامل الالتواء ، نسبة التحســـين ، تحلـــيل التباين ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة تفوق الطريقة البـــرنامجية علـــى الطـــريقة التقليدية فى تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الملاكمة. (١٥)

٧ – **قامـــت " إيمـــان حســـن محمد حسن الحارونى " (١٩٩٣م) بدراسة عنوانها: " تأثير استخدام نظام البرمجة فى درس التربية الرياضية على بعـــض الصـــفات البدنية والمهارات الحركية لتلميذات الحلقة الثانية من مـــرحلة التعلـــيم الأساســـى"**، استخدمت الباحثة المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة إعداد وحدات مبرمجة خاصة بدرس التربية الرياضية بالمرحلة الثانية من التعليم الأساسى والتعرف على تأثير استخدام الوحدات المبـــرمجة علـــى تحسين مستوى بعض الصفات البدنية وبعض المهارات الحـــركية والتعرف على الفروق بين الطريقة التقليدية واستخدام الوحدات المبرمجة فى درس التربية الرياضية وتأثيرها على تحسين مستوى بعض الصـــفات البدنـــية وبعض المهارات الحركية ، وقد اختارت الباحثة عينة الـــبحث مـــن تلميذات الصف الأول من مدرسة الزقازيق الإعدادية بنات والبالغ عددهن (٦٨) تلميذة قسمن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية (٣٤) تلمـــيذة وتم تدريس لهن باستخدام الكتيب المبرمج والأخرى ضابطة (٣٤) تلمـــيذة وتـــم الـــتدريس لهن بالطريقة التقليدية ، المعالجات الاحصائية : المتوســـط الحســـابى ، الوسيط ، الانحراف المعيارى ، معامل الالتواء ، معامـــل الارتباط ، النسبة المئوية ، اختبار (ت)، وكانت أهم النتائج تفوق الطريقة البرنامجية على الطريقة التقليدية . (٧)

٨ – **قـــام شريف محمد هنوهم (١٩٩٤م) بدراسة عنوانها : " أثر استخدام التعلـــيم المبـــرمج على تعلم بعض مهارات رياضة الجودو "** واستخدم الباحث المنهج التجريبى وكان الهدف من الدراسة إعداد وحدات مبرمجة لتعلـــيم بعـــض مهـــارات رياضة الجودو لطلبة كلية التربية الرياضية ، والتعـــرف علـــى تأثير استخدام التعليم المبرمج فى تعلم بعض مهارات رياضة الجودو واشتملت عينة البحث على (٨٩) طالباً من طلاب الفرقة الثانـــية بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة وتم استبعاد (٢٣) طالباً ، وقســـم الباقـــى إلـــى مجموعتـــين إحداهما تجريبية وعددها (٣٣) طالباً

استخدمت الطريقة البرنامجية والأخرى ضابطة استخدمت الطريقة التقليدية ، المعالجات الاحصائية : المتوسط الحسابى ، والأنحراف المعيارى ، اختبار (ت) ، معامل الارتباط ، النسب المئوية ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة تفوق الطريقة البرنامجية على الطريقة التقليدية فى تعلم بعض مهارات رياضة الجودو ، وفى مستوى التحصيل النظرى لهذه المهارات قيد البحث . (١٣)

٩ - **قامت " إيمان عبد الله زيد محمد " (١٩٩٥م) بدراسة عنوانها : " تأثير استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلاميذ الصم والبكم "** ، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة إعداد كتيب مبرمج خاص بالنشاط التعليمى لبعض مهارات الكرة الطائرة للتعرف على تأثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للكرة الطائرة لتلاميذ الصم البكم ، وقد اشتملت عينة البحث على (٥٣) تلميذة من تلاميذ الصف الثانى الثانوى من مدرسة الأمل بمحافظة الاسكندرية ، المعالجات الإحصائية : المتوسط الحسابى ، الانحراف المعيارى ، معامل الالتواء ، معامل الارتباط ، اختبار (ت) ، نسب التقدم ، وكانت أهم النتائج أفضلية استخدام أسلوب التعليم المبرمج لظروف الدراسة أفضل من استخدام الطريقة التقليدية لتعليم الأهداف قيد الدراسة ، صلاحية التعليم المبرمج لتعلم مهارات الكرة الطائرة للتلاميذ الخواص (الصم البكم) . (٨)

١٠ - **قام مجدى زارع محمد عبد الله (١٩٩٥م) بدراسة عنوانها : "تأثير التعليم المبرمج على سرعة وإتقان بعض المهارات الأساسية لرياضة الجودو"**. واستخدم التعليم المبرمج على سرعة وإتقان بعض المهارات الآساسية لرياضة الجودو ، والتعرف على تأثير طريقة التعليم المبرمج على التحصيل النظرى لبعض المهارات الآساسية لرياضة الجودو ، وقد أختار الباحث عينة البحث (٥٠) تلميذا من مدرسة الحلمية الإعدادية بالهرم من سن (١٢- ١٥) سنة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها (٢٥) طالباً استخدمت الطريقة البرنامجية والأخرى ضابطة وعددها (٢٥) طالباً استخدمت الطريقة التقليدية ، المعالجات الاحصائية : المتوسط الحسابى، الإنحراف المعيارى ، معامل الارتباط ، النسب المئوية ، معامل الالتواء ، اختار (ت) ، وكانت أهم نتائج هذه

الدراسة صلاحية استخدام التعليم المبرمج فى تعلم بعض مهارات رياضة الجودو . (٢٥)

١١ – **قـــام محمـــد يوسف حسانين خليل (١٩٩٦م) بدراسة عنوانها : "أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات المركبة فى رياضة الملاكمة** " واستخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة التعـــرف علـــى أثـــر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات المـــركبة فـــى رياضـــة الملاكمـــة ، والتعرف على تأثير استخدام التعليم المبرمج فى سرعة التعلم لبعض المهارات المركبة فى رياضة الملاكمة ، وقـــد أخـــتار الباحث عينة البحث من الملاكمين المقيدين بمراكز تدريب الموهوبـــين بمحافظـــة القاهـــرة من سن (١٣ : ١٦) سنة وعددهم (٤٣) ملاكمـــاً مـــن الملاكمـــين الذين يجيدون أداء المهارات الأساسية لرياضة الملاكمـــة ، وتـــم اســـتبعاد (١٣) ملاكما لعدم انتظامهم فى التدريب وقيم الباقى إلى مجموعتين احداهما تجريبية وعددها (١٥) ملاكماً ، استخدمت الطريقة البرنامجية والأخرى الضابطة وعددها (١٥) ملاكماً ، استخدمت الطريقة التقليدية ، المعالجات الإحصائية : المتوسط الحسابى ، الانحراف المعـــيارى ، الدرجـــة التائـــية (ت) ، الوسيط ، معامل الالتواء ، معامل الارتـــباط ، النســـبة المـــئوية ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة أن التعليم المبـــرمج يؤثر تأثيراً إيجابياً فى تعليم المهارات المركبة (قيد الدراسة) فى رياضـــة الملاكمة ، التعليم المبرمج يؤثر إيجابياً فى سرعة تعلم المهارات المركبة فى رياضة الملاكمة (٢٩) .

١٢ – **قامـــت ناهـــد طاهر محمد السيد(١٩٩٦م) بدراسة عنوانها " دراسة مقارنـــة بين أسلوبين مختلفين من أساليب تكنولوجية التعلم على تعليم مســـابقة دفـــع الجلة لتلميذات المرحلة الإعدادية** " . واستخدمت الباحثة المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة إعداد وحدات مبرمجة (كتيب مبـــرمج) لـــتعلم مهـــارة دفع الجلة لتلميذات المدارس الإعدادية بمحافظة الدقهلـــية ، والتعـــرف على تأثير استخدام الكتيب المبرمج على الصفات البدنـــية والمستوى الرقمى لمسابقة دفع الجلة لتلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظـــة الدقهلـــية ، واشتملت عينة البحث على (٩٠) طالبة من طالبات الصـــف الثانـــى الإعدادى ، تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات مجموعتين تجـــريبيتين والثالثة ضابطة ، المعالجات الأحصائية : المتوسط الحسابى ،

الإنحـــراف المعيارى ، اختبار (ت) ، نسبة التقدم ، تحليل التباين ، وكانت أهـــم النتائج أن التعليم بأستخدام الكتيب المبرمج أفضل من طريقة التعليم التقليدية .

١٣ – **قـــام طـــارق محمد على إبراهيم (١٩٩٧م) بدراسة عنوانها " تأثير اســـتخدام التعلـــيم المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية لناشئ تـــنس الطاولـــة** " واســـتخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراســـة إعداد كتيب مبرمج لتعلم بعض المهارات الأساسية لناشئ تنس الطاولـــة ، وتأثير استخدام التعليم المبرمج ممثلا فى هذا الكتاب على تعلم بعـــض المهـــارات الأساسية لناشئ تنس الطاولة ، واشتملت عينة البحث على (٢٤) من ناشئ تنس الطاولة بمنطقة الشرقية تحت (١٢) سنة ، وتم تقســـيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية عددها (١٢) ناشئ تم تعليمهم بالطـــريقة البرنامجية ، والأخرى ضابطة وعددها (١٢) ناشئ تم تعليمهم بالطريقة التقليدية ، المعالجات الإحصائية : المتوسط الحسابى ، الإنحراف المعـــيارى ، معامـــل الارتـــباط ، اختبار (ت) ، وكانت أهم النتائج تؤثر طـــريقة البـــرمجة بإحدى طرق التعلم الذاتى تأثيرا إيجابياً فعالا على تعلم بعـــض المهارات الأساسية لناشئ تنس الطاولة ، والإعداد الجيد للوحدات المبرمجة يزيد من فاعلية التعلم . (١٦)

١٤ – **قام " إبراهيم سعيد عيد حسانين " (١٩٩٧م) بدراسة عنوانها : " أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم مهارة سباحة الزحف على الظهر** " ، واستخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة إعداد كتيب خـــاص لتعليم سباحة الزحف على الظهر ، والتعرف على تأثير استخدام التعلـــيم المبـــرمج فى تعلم سباحة الزحف على الظهر ، وقد اختار عينة الـــبحث من طلاب الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، وعـــددها (٦٠) طالباً مجموعتين تجريبية ومجموعة ضابطة ، المعالجات الاحصـــائية : اختـــبار (ت) ، تحليل التباين ، تحليل التغاير ، وكانت أهم نـــتائج هـــذه الدراسة تفوق المجموعة التجريبية الثانية على المجموعتين الأولـــى التجـــريبية والثالـــثة الضابطة ، وأسفرت النتائج بصفة عامة إلى تفـــوق الطريقة البرنامجية على الطريقة التقليدية فى تعليم سباحة الزحف على الظهر . (١)

١٥ – **قـــام " جـــلال كمال على سالم " (١٩٩٧م) بدراسة عنوانها : " تأثير بـــرنامج مقترح للتعليم المبرمج على تعلم الأداء المهارى للمبتدئين فى كرة اليد** " ، واستخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة وضـــع برنامج مقترح للتعليم المبرمج لتعلم الأداء المهارى للمبتدئين فى كـــرة الـــيد ، والتعرف على تأثير البرنامج المقترح للتعليم المبرمج على مســـتوى تعلم الأداء المهارى للمبتدئينُ فى كرة اليد واشتملت عينة البحث على (٦٠) مبتدئ من مبتدئى كرة اليد فى المرحلة السنية من (١٤ : ١٦ ســـنة) بإســـتاد دمـــياط الرياضى ، تم تقسيمهم على مجموعتين أحداهما تجـــريبية وعـــددها (٣٠) مبتدئ استخدمت الطريقة البرنامجية والأخرى ضـــابطة وعـــددها (٣٠) مبتدئ استخدمت الطريقة التقليدية ، المعالجات الإحصـــائية : المتوسط الحسابى ، الإنحراف المعيارى معامل الإرتباط ، اختـــبار (ت) ، نســـبة التحســـن ، وكانـــت أهم النتائج أن التعلم بالطريقة التقليدية قد أثر إيجابياً على تعلم المبتدئين جميع مهارات كرة اليد ، وتفوق الطريقة البرنامجية على الطريقة التقليدية فى تعلم مهارات كرة اليد . (٩)

١٦ – **قامـــت نشوة محمد حلمى عبد العاطى (١٩٩٨م) بدراسة عنوانها " تأثيـــر اســـتخدام التعليم المبرمج على مستوى أداء مهارات المبارزة "** اســـتخدمت الباحـــثة المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة التعرف على أثر استخدام التعليم المبرمج على مستوى أداء بعض مهارات رياضة المـــبارزة ، وقـــد أختارت الباحثة عينة البحث من طالبات الفرقة الأولى بكلـــية التـــربية الرياضية بنات القاهرة ، وعددها (٩٠) طالبة تم تقسيمهن إلـــى مجموعتين الأولى تجريبية وعددها (٤٥) طالبة واستخدمت الطريقة البـــرنامجية ، والثانـــية ضـــابطة استخدمت الطريقة التقليدية ، المعالجات الاحصـــائية بواسطة الحاسب الآلى I.P.M باستخدام البرنامج الإحصائى S.P.S.S وكانـــت أهـــم نتائج هذه الدراسة أن التعليم المبرمج يؤثر تأثيرا إيجابـــياً فـــى تعلم بعض مهارات المبارزة ، وأن التعليم المبرمج زاد من حجم التذكر وطول مدته وزاد من فعالية مشاركة . (٣٤)

١٧ – **قـــام أســـامة صلاح فؤاد محمد (١٩٩٨م) بدراسة عنوانها : " تأثير التعلـــيم المبـــرمج علـــى تعلـــم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى المـــبارزة** " واستخدام الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة

التعرف على تأثير استخدام الوحدات المبرمجة على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى المبارزة ، وتأثير استخدام الوحدات المبرمجة بشريط الفيديو المبرمج على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى المبارزة ، ومقارنة تأثير استخدام الوحدات المبرمجة بالكتيب المبرمج وشريط الفيديو المبرمج والطريقة المتبعة فى التدريس على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى المبارزة ، واشتملت عينة البحث على (٧٢) طالباً من طلاب الفرقة الأول بكلية التربية الرياضية جامعة الزقازيق ، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين و الثالثة ضابطة ، المعالجات الاحصائية : معامل التقلطح ، معامل الالتواء ، تحليل التباين ، اختبار (ت) ، وكانت أهم النتائج تؤثر طريقة البرمجة الأساسية (الكتيب المبرمج) تأثيراً إيجابياً فعالاً على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى المبارزة ، وتأتى فىالمرتبة الأولى من طرق التعلم للمبتدئين فى المبارزة ، تأثير طريقة البرمجة باستخدام (شريط الفيديو) فى إحدى طرق التعلم الذاتى تأثيرا إيجابيا فعالاً على تعلم بعض المهارات الأساسية للمبتدئين فى المبارزة ، وتأتى فى المرتبة الثانية من طرق التعلم للمبتدئين فى المبارزة ، تتفوق الطريقاتان السابقان (الكتيب المبرمج ، شريط الفيديو) على استخدام الطريقة التقليدية فى تعلم بعض المهارات الأساسية فى المبارزة . (٣)

١٨- **قام " السيد محمد أحمد العقاد " (١٩٩٩م) بدارسة عنوانها : تأثير استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض مهارات كرة اليد للتلاميذ الصم البكم للمرحلة الإعدادية"** ، استخدام الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدارسة بناء وحدات تعليمية من خلال الكتيب المبرمج لتعليم مهارات كرة اليد طبقا لمنهج الصف الأول الإعدادى لتلاميذ الصم البكم ، والتعرف على تأثير استخدام الكتيب المبرمج على مستوى تعليم تلاميذ الصم البكم للصف الأول الإعدادى لبعض مهارات كرة اليد قيد البحث ، والتعرف على الفروق الحادثة بين أسلوب التعليم المبرمج و التقليدى فى بعض مهارات كرة اليد قيد البحث ، واستملت عينة البحث على (٤٣) تلميذ من تلاميذ الصف الأول الإعدادى من مدارس الأمل بمحافظة الشرقية ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية و عددها (٢٢) تلميذ

اســتخدمت الطــريقة البــرنامجية والأخرى ضابطة وعددها (٢١) تلميذ اســتخدمت الطريقة التقليدية ، المعالجات الأحصائية : معامل الارتباط ، معامــل الالــتواء ، اختــبار (ت) ، نسب التحسن ، ختبار مان ، ويتنى ، وكانــت أهــم النــتائج تــوجد فــروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين المجموعتــين التجريبية والضابطة فى القياس البعدى فى جميع اختبارات القــدرات البدنــية لصــالح المجمــوعة التجــريبية ، توجد نسب تحسن لمتوســطات القــياس الــبعدى عن القياس القبلى للمجموعة الضابطة فى اختــبارات المتغيــرات المهارية والبدنية قيد البحث ، توجد نسب تحسن لمتوســطات القياس البعدى عن القبلى للمجموعة التجريبية فى اختبارات المتغيــرات المهارية والبدنية قيد البحث ، نسب تحسن القياس البعدى عن القبلــى للمجمــوعة التجــريبية فــاق بكثيــر نســب التحسن للمجموعة الضابطة (٥).

ب : الدارسات الأجنبية :

١٩- **قــام شارون ذاك جيلى Sharon Z.G (١٩٨٠م) بدارسة عنوانها " أثــر التعلــيم الذاتــى علــى الطــلاب المعلمين وتلاميذهم فى التربية الرياضــية"** واستخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدراسة التعــرف علــى أثر البرامج الجديدة المصممة طبقاً لأسلوب التعليم الذاتى علــى بيئة التعلم وميول التلاميذ تجاه التربية الرياضية ، وتم أختيار عينة البحث من طلبة المعلمين ، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهم تجريبية ، طــبق علــيها البــرنامج الجديد ، وفق أسلوب التعليم الذاتى والمجموعة الضــابطة استخدمت البرنامج التقليدى وكانت أهم نتائج هذه الدراسة تفوق المجمــوعة التجــريبية علــى المجموعة الضابطة التى استخدمت التعليم التقليدى والمجموعة التجريبية زادت اتجاهاتهم نحو التربية الرياضية . (٤٣)

٢٠- **قام فيدركو Fedrico J .L J (١٩٨٠م) بدارسة عنوانها " المقارنة بــين طريقة التعليم الذاتى والطريقة التقليدية فى التعليم من حيث الأداء الحركى للتلاميذ المعوقين "** وقد استخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهــدف مــن الدارسة مقارنة التعليم الفردى بالطريقة التقليدية فى مستوى الأداء الحركــى للأطفــال المعوقين ، وقد اختار الباحث العينة من طلاب

كلــية التــربية الرياضية بجماعة ولاية كاليفورنيا فى لونج بنتش وعددها (٤٠١) طالــبا تــم وضعهم فى أزواج طبقا لدرجات الاختبارات واختار الــباحث أحــد أفراد كل زوج بطريقة عشوائية ليمثل المجموعة التجريبية ويمــثل الأخر المجموعة الضابطة ، وقد استخدمت المجموعة التجريبية الفــيديو والعديــد مــن نماذج التعليم الذاتى ، وقد استخدمت المجموعة الضــابطة الطــريقة التقليدية ، وكانت أهم نتائج هذه الدارسة عدم وجود ذات دلالــة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى تعلم حيث كان مستوى الطلبة فى التعلم متساوى للمجموعتين (٤٠) .

٢١- قــام لــويس د.م . Lewis D.M (١٩٨٣م) بدارسة عنوانها " **أثر الاشــتراك فــى أحــد بــرامج التعليم الذاتى على اللياقة البدنية للبنات المعاقات بدرجة شديدة** " واستخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف مــن الدراســة معرفة أثر برامج التعليم الفردى على اللياقة البدنية للإناث المعاقــات بدرجــة شديدة ، وتم اختيار العينة من البنات المعاقات بدرجة شــديدة والمقيمات بضواحى ولاية فيرجينيا الأمريكية بواقع (١٦) بنت تم تقســيمهن إلى مجموعتين الاولى تجريبية ونفذت برنامج تعليم ذاتى للياقة البدنــية والمجموعة الثانية ضابطة ونفذ نفس البرنامج بالطريقة التقليدية ، وكانت أهم نتائج هذه الدراسة على مستوى البنات المعاقات فى المجموعة التجــريبية أفضــل من مستوى البنات المعاقات المشتركات فى المجموعة الضابطة واللاتى اشتركن فى نفس البرنامج . (٤١)

٢٢- قــام ديــنس لانــدن ، أميليالى ، وكاترين هل . Dennis Landin, Amelia - lee and Kstherine Hell (١٩٨٦م) بدارسة عنوانها " **مقارنــة التعلــيم المبــرمج بالتعليم الجماعى فى تعليم المهارة الحركية المفــتوحة فى التنس** " واستخدام الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدارسة مقارنة التعليم المبرمج بالتعليم الجماعى ، وكانت عينة البحث مــن تلاميذ المدرسة الابتدائية الذين يتعلمون التنس بواقع (٢٤) تلميذا تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية وعددها (١٢) تلميذا وتعلموا عن طــريق التعلــيم المبرمج ، والمجموعة الثانية ابطة وعددها (١٢) تلميذا تعلموا بالطريقة التقليدية ، وكانت أهم نتائج هذه الدارسة عدم وجود فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى تعلم المهارات الأساسية

للتـــنس ، والمجموعة التجريبية التى استخدمت التعليم المبرمج قد تميزت بارتفـــاع مستوى توجيهها ودرجة تركيزها عن المجموعة الضابطة التى تعلمت بالطريقة التقليدية .(٣٩)

٢٣- **قام فرانسيس ب.ك . Francis. P.K (١٩٨٦م) بدارسة عنوانها " تطويـــر المهارات الخاصة لمعلمى التربية الرياضية بإستخدام برامج التعلـــيم المبـــرمج** " وتم اختيار عينة البحث من معلمى التربية الرياضية بواقـــع ٢٧ معلمـــاً تم أختيارهم بالطريقة العمدية ، وتم تقسيمها إلى ثلاث مجمـــوعات طبقاً لعدة سنوات ممارستهم لمهنة التدريس ، وقد تم استخدام المتوســـط الحســـابى والإنحـــراف المعيارى وأختبار (ت) لدلالة الفروق وتحلـــيل التباين للمعالجات الأحصائية وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن مفاهـــيم البـــرنامج التعليمـــى المبرمج إيجابية بصفة عامة وبناءة بالنسبة للمجموعة التجريبية التى استخدمت التعليم المبرمج . وكذلك قدرتهم على تعلـــم المهـــارات الحـــركية الإدراكـــية والمهارات الخاصة بالإضافة إلى مهارات التطبيق أفضل من المجموعة الضابطة .(١٥)

٢٤- **قـــام بنجشـــوز Bingshuz (١٩٨٨م) بدارســـة عـــنوانها " دارسة تجـــريبية عـــن التعليم المبرمج المتعلق بالمهارات المقتنة والمستقبلية للكـــرة الطائـــرة** " اســـتخدم الباحث المنهج التجريبى ، وكان الهدف من الدارســـة معـــرفة أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم المهارات المقننة والمستقبلية فى رياضة الكرة الطائرة ، وقد اختار الباحث عينة من طلاب معهـــد (Beigin Normal) وعددهم (٦٣) طالب وطالبة تم تقسيمهم إلى مجموعتـــين إحـــداهما تجـــريبية وعددها (٣١) طالب وطالبة استخدمت الطـــريقة البـــرنامجية ، والأخـــرى ضابطة وعددها (٣٢) طالب وطالبة اســـتخدمت الطريقة البرنامجية ، والأخرى ضابطة وعددها (٣٢) طالب وطالـــبة استخدمت الطريقة التقليدية ، وكانت أهم نتائج هذه الدارسة تفوق طريقة التعليم المبرمج عن الطريقة التقليدية .(٣٧)

ج – التعليق على الدارسات المرتبطة :

بعـــد هـــذا الســـرد للدرسات المرتبطة باسبقيتها التاريخية ، فإن هذه الدراسات تناولت رياضات مختلفة فى مجال التربية الرياضية ، وطبقت على مراحل متباينة فإننا نستطيع أن نخلص منها بنتائج متعددة منها :

١ – الهدف :

كـــان الهدف من إجراء الدراسات السابقة التعرف على تأثير استخدام الطريقة البرنامجية فى المجال الرياضى وأثرها فى تحقيق الأهداف البدنية ، والمهاريـــة ، والمعرفية ، ومقارنتها بالطريقة التقليدية فى التعلم ، مما أفاد الـــباحث فـــى تحديد الهدف من دراسته ، وهى المقارنة بين طريقة التعليم المبـــرمج والطـــريقة التقلـــيدية فـــى تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الملاكمة ، كأول دراسة تتناول التعليم المبرمج فى هذه الرياضة.

٢ – العينة :

تمـــثلت عينة البحث فى الدراسات السابقة من معظم المراحل السنية مـــن المرحلة الأبتدائية ، كما فى الدراسة كل من طارق محمد إبراهيم (١٦) (١٩٩٧م) وديــــــنس لانــــــدن – أميليالــــــى ، وكاتــــــرين – هـــــل (٣٩) ENNISSLANCLIN, Amelia - Leee and Katherine Hell (١٩٨٦م) ، ومن المرحلة الإعدادية كما فى دارسة كل من السيد محمد أحمد العقـــاد (٥) (١٩٩٩م) ، ايمان حسن محمد حسن الحارنى (٧) (١٩٩٣م)، وناهد طاهر محمد السيد (٣٣) (١٩٩٦م) ، ولويس د.م Lewis D.M (٤٣) (١٩٩٥م) ، ومـــن المرحلة الثانوية كما فى دارسة كل من إيمان عبد الله زيد محمد (٨) (١٩٩٥م) ، جلال كمال على سالم (٩) (١٩٩٧م) ، مجدى زارع محمد عبد الله (٢٥) (١٩٩٥م) ، محمد يوسف حسانين خليل(٢٩)(١٩٩٦م) ، ومـــن المرحلة الجامعية كما فى دارسة كل من ، اسامة صلاح فؤاد محمد (٣) (١٩٩٨م) ضـــياء الـــدين محمد أحمد العزب(١٥) (١٩٩٠م) ، شريف محمـــد هـــنوهم (١٣) (١٩٩٤م) ومما سبق يتضح أن التعليم المبرمج تناول مخـــتلف المـــراحل السنية مما ساعد الباحث فى تحديد عينة البحث من بين طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة الأزهر .

٣- المنهج :

اتفقـــت جمـــيع الدراســـات السابقة على استخدام المنهج التجريبى ، باعتباره أنسب المناهج العلمية لمثل هذه الدراسات ، الأمر الذى جعل الباحث يستخدم المنهج التجريبى .

٤ -الطريقة البرنامجية المستخدمة :

اتفقــت معظم الدراسات السابقة على استخدام طريقة البرمجة الخطية (لسكنر) عن طريق الشرح النظرى والصور المتسلسلة مما أفاد الباحث فى اختــيار هــذه الطــريقة باعتبارها من أنسب الطرق لتعلم بعض المهارات الأساسية الكيك بوكسنج .

٥ – أهم النتائج :

اتضـــح للــباحث من خلال الدراسات السابقة ، أن هناك اختلافا فى النــتائج فمنها دارسات أثبتت أن طريقة التعليم المبرمج ذات تأثير (فاعلية) عــن الطــرق التقليدية ، فمنها دراسة كلا من شارون Sharon (١٩٨٠م) وضــياء الدين محمد أحمد (١٩٩٠م) وإبراهيم سعيد عيد حسانين (١٩٩٧م) فمنها دراسات أثبتت أن التعليم المبرمج ذا فاعلية فى تعلم المهارات الحركية الرياضـــية ، **مــثل** : دراسة كلا من أمانى يسرى الجندى (١٩٩٦) ، طارق محمد على إبراهيم (١٩٩٧م) .

ومــنها دراســات أثبــتت أن الطريقة البرنامجية والطريقة التقليدية تأثيــرها واحــد أى لا تــوجد فروق بينهما مثل : دراسة كلاً من فيدركو ج Fedrico J.I J. (١٩٨٠م) وديــنس لانــدن ، وإميليالــى ، وكاتــرين هــل Dennis Landin, Amelia - Lee and Katherine Hell (١٩٨٦م) ولكن معظم الدراسات أثبتت تفوق الطريقة البرنامجية على الطريقة التقليدية، وخاصـــة عــند تعلــيم الأعداد الكبيرة ، حيث تظهر نتائج البرمجة الخطية بوضوح .

أمــا فــى الأعداد الصغيرة فإن الطريقة التقليدية تقوم بنفس الدور ، وذلــك لأن المعلــم أو المدرب يستطيع أن يعطى كل تلميذ أو اللاعب الوقت الكافى والمشاركة الإيجابية الفعالة .

وأثبتت الدراسات السابقة أثناء التعلم ما يلى :

* إمكانية استخدام وتطبيق التعليم المبرمج فى معظم الأنشطة الرياضية
* إمكانية استخدام وتطبيق التعليم المبرمج فى معظم المراحل السنية
* يساعد التعليم المبرمج فى سرعة التعلم زيادة فعالية الأداء المهارى .
* يساعد التعليم المبرمج فى تعلم المهارات الحركية لجميع المراحل السنية .

* سهولة تعلم الأعداد الكبيرة باستخدام التعليم المبرمج .
* إمكانية استخدام التعليم المبرمج للجنسين .
* يساعد التعليم المبرمج فى تحسين نوعية الأداء .

الفصل الثالث
إجراءات البحث

- منهج البحث
- عينة البحث
- وسائل جمع البيانات
- الدراسات الاستطلاعية
- الفيلم المبرمج
- خطوات إجراء التجربة
- أسلوب التحليل الإحصائي

منهج البحث :

استـــخدم الـــباحث المنهج التجريبى لمناسبته لطبيعة البحث ولتحقيق الأهـــداف المـــرجوة مـــنه وبتصـــميم تجريبى لمجموعتين أحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

عينة البحث :-

تـــم اختـــيار عيـــنة البحث من اللاعبين الناشئين بنادى الجيش وبلغ عـــددهم (٤٠) لاعـــب تتراوح أعمارهم بين ١٢ - ١٤ سنة وليس لهم سابق خبـــرة فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج وتم إجراء التجانس والتكافؤ لهم فى بعض المتغيرات التى قد تؤثر فى عملية تعلم المهارات الاساسية لرياضة الكـــيك بوكســـينج وهـــى بعـــض معدلات النمو (السن - الطول - الوزن) وعناصر اللياقة البدنية. وجدول رقم (١) يوضح تجانس العينة مجتمع البحث

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعينة البحث الكلية لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات قيد البحث

المتغيرات	وحدة القياس	العينة الكلية (ن = ٤٠)			المجموعة التجريبية (ن = ٢٠)			المجموعة الضابطة (ن = ٢٠)		
		م	ع	ل	م	ع	ل	م	ع	ل
السن	بالشهور	١٣,١٠	٠,٦٦	٠,٢٨	١٣,٢٠	٠,٦٥	صفر	١٣,٠١	٠٦٨	٠,٦٠
الطول	بالسنتيمتر	١٤٩,٢٠	٣,٠٤	٠,٤٨	١٤٨,٦٥	٣,٠١	٠.٧٣	١٤٩,٧٥	٣,٠٤	٠,٣١
الوزن	بالكيلو جرام	٤٧,٩٥	٥,٢١	٠,٤٣	٤٧,٣٠	٥,٣٣	٠,٥٩	٤٨,٦٠	٥,١٤	٠,٣٤
الجرى الإرتدادى	درجة	٥٨,٦٢	٤,٦٣	٠,٣٥-	٥٩,٤٠	٤,٦٩	٠,٤٨-	٥٧,٨٥	٤,٥٥	٠,٠٩
الرشاقة	درجة	٨٧,٨٢	٤,٣٩	٠,١٧	٨٨,٣٠	٤,٧٩	٠,٠٩-	٨٧,٣٥	٤,٠٢	٠,٤٧
الوثب الطويل	درجة	٦٨,٦٢	٥,٨٩	٠,٠٢	٦٩,٢٥	٦,٤٨	٠,٠٣	٠,٦٨-	٥,٣٢	٠,١٦-
الاتزان	درجة	٨٤,١٣	٢,٦٣	٠,١٩	٨٣,٦	٢,٣٧	٠,٣٠	٨٤,٦٥	٢,٨٣	٠,٠٤-

يتضـــح مـــن الجـــدول الســـابق أن معـــاملات الإلتواء لعينة البحث (التجـــريبية - الضابطة) قد انحصرت بين + ٢٣ ، -٣ فى متغيرات السن ،

الطــول، الــوزن، واختــبارات القدرات البدنية ، مما يدل على تجانس عينة البحث فى هذه المتغيرات.

كمــا يتضــح مــن جــدول رقم (٢) ، (٣) التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى متغيرات بعض معدلات النمو واللياقة البدنية .

جدول (٢)

دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى متغيرات (السن – الطول – الوزن)

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
		م	ع	م	ع		
السن	بالشهور	١٣,٢٠	٠,٦٥	١٣,٠١	٠,٦٨	٠,١٩	٠,٨٦
الطول	بالسنتيمتر	١٤٨,٦٥	٣,٠١	١٤٩,٧٥	٣,٠٤	١,١٠	١,١٥
الوزن	بالكيلو جرام	٤٧,٣٥	٥,٣٣	٤٨,٦٠	٥,١٤	١,٣٠	٠,٧٨

قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى (٠,٠٥) :

يتضــح مــن الجدول عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتى الــبحث التجــريبية والضابطة فى (السن ، الطول ، الوزن) ، مما يدل على تكافؤ المجموعتين فى هذه العينات.

جدول (٣)

دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى متغيرات القدرات البدنية

المتغيرات	وحدة القياس	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
		م	ع	م	ع		
الجرى الإرتدادى	درجة	٥٩,٤٠	٤,٦٩	٥٧,٨٥	٤,٥٥	١,٥٥	٠,٠٦
الرشاقة	درجة	٨٨,٣٠	٤,٧٩	٨٧,٣٥	٤,٠٢	٠,٩٥	٠,٦٨
الوثب الطويل	درجة	٦٩,٢٥	٦,٤٨	٦٨,٠–	٥,٣٢	١,٢٥	٠,٦٧
الإتزان	درجة	٨٣,٦٠	٢,٣٧	٨٤,٦٥	٢,٨٣	١,٠٥	١,٢٧

قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى ٢,٠٥

يتضح من الجدول عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى درجات اختبارات القدرات البدنية، مما يدل على تكافؤ المجوعتين فى هذه القياسات.

وسائل جمع البيانات

أ- استمارة بيانات أولية قام الباحث بإعدادها لكى يتم تسجيل البيانات الخاصة لأفراد العينة ودرجات اللياقة البدنية و قياسات معدلات النمو مرفق رقم (١).

ب- السن ويتم حسابه بالشهور.

جـ- الوزن ويتم حسابه بالكيلوجرام بميزان طبى.

د- الطول ويتم حسابه بالسنتميتر بالرسيتاميتر.

هـ- اللياقة البدنية وتم استخدام بطارية الاتحاد المصرى للملاكمة والكيك بوكسينج للناشئين أعداد إسماعيل حامد عثمان وهى تحتوى على خمس اختبارات مرفق رقم (٢).

و- قائمة تقدير درجات لجنة المحكمين للاختبار العلمى لتقييم عينة البحث.

وقد قام الباحث بعرض استمارة استطلاع رأى على الخبراء لتحديد مواصفات من يقوم بتقييم عينة البحث وتحديد أفضل مرحلة من مراحل الأداء لتقييم عينة البحث طبقا لهدف الدراسة مرفق رقم (٣).

وقد عرض الباحث استمارة استطلاع الرأى على عدد من الخبراء فى مجال الملاكمة والكيك بوكسينج وعددهم خمسة خبراء وارتضى الباحث أن تكون مواصفات هؤلاء الخبراء أن يكون حاصل على دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج وخبرة لا تقل عن ١٥ سنة فى مجال التدريب أو التحكيم الملاكمة أو الكيك بوكسينج وكانوا عبارة عن عدد ٢ أستاذ وعدد ١ مدرس وعدد ١ حكم دولى وعدد ١ مدرب منتخب قومى مؤهل علميا.

وقام الباحث بإجراء المعالجات الاحصائية للاستمارة وارتضى البنود والعبارات حتى مستوى ٨٠% فقط واستبعد ما دون ذلك وكانت نتائجه كالتالى:

أ- بالنسبة لمراحل أداء المهارات قيد البحث.

- مرحلة الأداء ثم الثبات وفى عدات بطيئة وحصلت على ١٠٠%.
- مرحلة الأداء ثم الرجوع لوضع الاستعداد وحصلت على ٨٠%.
- مرحلة الأداء فى صورة لكم تخيلى وحصلت على١٠٠%.مرفق رقم (٤)

ب- بالنســبة لأســلوب التقييم ومواصفات المحكمين وعددهم كانت كما هو موضح بالجدول رقم (٤) .

جدول رقم (٤)

نتائج استمارة استطلاع رأى الخبراء فى أسلوب تقييم عينة البحث ومواصفات المحكمين وعددهم

م	العبارة	النسبة المئوية
١	**أسلوب التقييم:-**	
	التقويم فى الملاكمة والكيك بوكسينج يكون عن طريق محكمين متخصصين.	%١٠٠
٢	**مواصفات المحكمين :-**	
	أن يكون استاذ أو أستاذ مساعد ملاكمة أو كيك بوكسينج	%٧٥
	أن يكون مدرس ملاكمة أو كيك بوكسينج	% ٨٨,٧٥
	أن يكون مدرس مساعد ملاكمة أو كيك بوكسينج	% ٦١,٦٣
	أن يكون مدربا قوميا للملاكمة أو الكيك بوكسينج	% ٦٥,٢٩
	أن يكون حكم دولى أو قارى للملاكمة أو الكيك بوكسينج	% ٦٠,٢٩
٣	**عدد المحكمين:**	
	أن يكون عدد المحكمين لتقييم عينة البحث ثلاثة .	%٩٥,٧١
	أن يكون عدد المحكمين لتقييم عينة البحث خمسة .	% ٦٠,٢٠
٤	**خبرة المحكم:**	
	أن تكون خبرة المحكم لا تقل عن ١٠ سنوات فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج .	% ٧١,٤١
	أن تكون خبرة المحكم لا تقل عن ١٥ سنة فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج.	% ٩٥,٧١
	أن تكون خبرة المحكم لا تقل عن ٢٥ سنة فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج .	% ١٠٠

ويوضح جدول رقم (٤) نتائج استمارة استطلاع الرأى والنسبة المئوية لكل عبارة الأمر الذى أتاح الفرصة للباحث اختيار الخبراء لتقييم وعددهم ثلاثة أحدهم أستاذ للملاكمة أو الكيك بوكسينج والثانى مدرس

ملاكمـــة أو كيك بوكسينج والثالث مدربا قوميا للكيك بوكسينج وكانت خبرتهم فى مجال الملاكمة لا تقل عن ١٥ سنة. وكذلك قام الباحث بتصميم الاستمارة التـــى استخدمت فى تقييم الأداء المهارى لعينة البحث بناء على نتائج استمارة استطلاع رأى الخبراء.

الدراسات الاستطلاعية :-

نظــراً لطبـيعة هــذه الدراســة قام الباحث بإجراء أكثر من دراسة اســتطلاعية وذلك للوصول لبرنامج ذو معاملات احصائية صحيحة لتحسين أنشــطته ولتحقــيق الأهــداف التـــى وضع من أجلها وقد قام الباحث بأعداد البــرنامج (شــريط الفيديو المبرمج فى صورته الأولية) وتم مراجعته عن طريق الآتى :-

أ - تقويم الخبير

ب - التجريب على المتعلم

أ - تقويم الخبير :

وهــذا ما يسمى بالتقويم الداخلى للبرنامج وذلك من خلال الدراسات الاستطلاعية التالية :-

- **الدراسة الاستطلاعية الاولى :-**

بعــد أن قام الباحث بإعداد الفيلم المبرمج فى صورته الأولية والذى تكــون مــن عدد (٢٨) إطار زمن الإطار يتروواح ما بين ٤٥ - ٩٠ ق قام الــباحث بعرضه على عدد ثلاثة من أساتذة الملاكمة والكيك بوكسينج لإبداء الرأى وأوضحت نتائج هذه الدارسة الاستطلاعية ما يلى :-

- عــدم وضــوح بعــض النواحى الفنية لبعض المهارات وخاصة عند أداء المهــارات الدفاعــية وخاصة للذراع اليسرى عند استخدام الذراع اليمنى للدفاع.
- زيــادة زمــن بعض الإطر وخاصة لمهارات الدفاع التى سبق تعلمها فى بداية البرنامج مثل المهارات الدفاعية .
- سرعة التعليق على بعض الإطر .
- يجــب أن تكــون قفازات وملابس الملاكمان مختلفة ليسهل التعرف على الملاكــم المــؤدى للدفاع والملاكم المؤدى للهجوم وايضا يعتبر كأستثارة للمتعلم.

- قلة زمن بعض الأطر وخاصة مهارات الرجلين .

الدراسة الاستطلاعية الثانية :-

بعد التعديل الذى تم فى البرنامج بناء على ما جاء فى الدراسة الاستطلاعية الأولى أصبح البرنامج يتكون من (٢٨) إطار وزمن الأطر يتراوح ما بين ٦٠ إلى ٩٠ ق قام الباحث بعرضه على الخبراء فى مجال الملاكمة والكيك بوكسينج وعددهم ثلاثة وذلك للتأكد من صحة التعديلات وأن البرنامج يسير وفق ما وضع من أهداف لكى يحققها ، وأوضحت نتائج هذه الدارسة الاستطلاعية ما يلى .

. قد تم إجراء جميع التعديلات التى أسفرت عنها الدارسة الأولى بصورة صحيحة .

الدارسة الاستطلاعية الثالثة :-

بعد إجراء التعديلات فى الدراسة الاستطلاعية الأولى والتأكد من صحة التعديلات فى الدراسة الاستطلاعية الثانية وبهذا يكون قد انتهى الجزء الأول للتقييم الداخلى للبرنامج وهو التقويم عن طريق الخبراء ، ويبقى التقويم الخارجى عن طريق التجريب على المتعلم ، ولذلك قام الباحث بالدراسة الاستطلاعية الثالثة على عينة قوامها خمسة لاعبين مما تنطبق عليهم شروط عينة البحث وذلك من خلال عرض البرنامج التعليمى " شريط الفيديو المبرمج " عليهم لإداء بعض الأطر التى يرون أنها غير واضحة لهم وذلك من خلال المقابلة الشخصية وكان زمن المقابلة لا يتعدى ٤٥ ق ، وتمت التعديلات مباشرة بعد المقابلة لكل لاعب على حده ، وقد أوضحت الدراسة الاستطلاعية ما يلى .

- صعوبة استيعاب مهارة التحركات بالقدمين .
- صعوبة استيعاب أداء المهارات على الأدوات والأجهزة .

الدراسة الاستطلاعية الرابعة :-

بعد التعديلات التى تم إجراءها فى البرنامج بعد الدراسة الاستطلاعية الثالثة قام الباحث بعرض البرنامج التعليمى (شريط الفيديو المبرمج) على عدد خمسة لاعبين بخلاف عينة الدارسة الاستطلاعية الثالثة وخلاف عينة البحث ومما تنطبق عليهم شروط عينة البحث وذلك خلال الفترة من ٢٠٠٢/٨/١٠ إلى ٢٠٠٢/٨/١٣ وكان الباحث يقوم بالتجريب على

المجمـوعة فى وقت واحد وزمن المقابلة لا يتعدى ٤٥ ق وذلك لمدة أربعة مـرات كـان يقـوم اللاعبـين بـأداء الأطر التى أبدى فيها عينة الدراسة الاسـتطلاعية الثالثة ملاحظاتهم ، وذلك للتأكد من صحة التعديلات التى تمت وكـذلك الـتأكد من أن محتوى البرنامج يسير وفق ما وضع من أهداف لكى يحققها ، وبهذه الدارسة يكون الباحث قد انتهى من التقويم الخارجى للبرنامج.

الدراسة الاستطلاعية الخامسة :-

للـتأكد مـن صلاحية استخدام معلمين آخرين للبرنامج فانه لابد من إجراء دارسة استطلاعية خامسة ، وهى قيام أحد المدربين بتجريب البرنامج " شـريط الفيديو المبرمج " التعليمى على اللاعبين مما تنطبق عليهم شروط العينة ومن خارجها وأيضا بخلاف عينة اللاعبين فى الدراسات الاستطلاعية السـابقة ، وذلـك خـلال الفترة من ٢٠٠٢/٨/١٧ إلى ٢٠٠٢/٨/٢٠ ، وقد أسفرت هذه الدراسة أن محتوى البرنامج يسير وفق ما وضع من أهداف لكى يحققهـا كما أظهرت أن البرنامج يصلح أن يستخدمه مدربين آخرين ويمكن تعميمه .

الشروط التى تم توفيرها لإجراء الدراسات الاستطلاعية السابقة :-

اعتمد الباحث على ما ذكره "سيفاسيلام تياجاربان" أن هناك عدة نقاط هامة يجب مراعتها عند إجراء الدارسات الاستطلاعية لضمان صحة إجرائها ولتحقـيق الأهـداف المرجوة منها وقام الباحث بمراعاة هذه النقاط عند قيامه بالدارسات الاستطلاعية لهذه الدارسة وهذه النقاط هى .

الدراسات الاستطلاعية :

تـم إجراء خمس دراسات قبل القيام بالتجربة الأساسية للوصول إلى برنامج ذى معاملات علمية صحيحة ولتحسين أنشطته وتحقيق الأهداف التى وضـع مـن أجلها وذلك من خلال التقويم الداخلى للبرنامج عن طريق تقويم الخبراء للبرنامج والتجريب على المتعلم .

تقويم البرنامج :

تـم عرض البرنامج التعليمى على خبراء فى مجال الملاكمة والكيك بوكسـنج وعـرض البرنامج عليه وتدوين الملاحظات التى أشارو إليها وتم تعـديل البـرنامج بناء على هذه الملاحظات والأراء ويقوم الخبير بمراجعة البـرنامج من النواحى الفنية والتحقيق من امكانية استخدامه فى تعلم مهارات

الكـيك بوستج ويقوم خبير اللغة العربية بالتحقيق مما إذا كانت لغة البرنامج وصـيغته ومستواه اللغوى يتناسب مع عينة البحث وتصحيح الأخطاء اللغوية بالبرنامج .

التجريب على المتعلم:

هناك ثلاثة مراحل فى تجريب البرنامج على المتعلم وهى :

١ - تجـريب البـرنامج علـى مـتعلم مفرد من المجتمع الأصلى للبحث . واسـتنادا إلـى اسـتجابة وملاحظاتـه ردود أفعاله يقوم المعلم بإجراء الـتعديلات فـى البـرنامج ثم التجريب على متعلم أخر ويتم تكرار هذه العملـية من المراجعة على أفراد العينة الاستطلاعية الثالثة حتى يتوصل الباحث من نتائج مرضية فى الحدود المسموح بها فى مثل هذه الدراسات وهى نسبة خطاء لا يتعدى ٥% .

٢ - تجـريب البـرنامج بعد التعديلات على مجموعة من المتعلمين ، ويقوم الـباحث بملاحظـة الأخطـاء المـرتكبة من جميع المتعلمين ثم يجرى المراجعات المناسبة لها .

٣ - تجـريب البـرنامج عن طريق معلم أخر فى ظروف واقعية وتجربتها على مجموعة من اللاعبين من نفس المجتمع (عينة البحث) وذلك للتأكد مـن صـلاحية اسـتخدام وتطبـيق معلمـين أخرين للبرنامج وتسجيل ملاحظـاتهم وأرائهم فى البرنامج وتعديل ما هو مناسب منها حتى يمكن تعميمه بعد ذلك .

من يقوم بالتجريب على المتعلم :-

بالنسـبة للتجريب المنفرد والجماعى على المتعلمين يقوم المبرمج بها فى الدراسة الاستطلاعية الثالثة والرابعة وذلك لأنه أفضل من يختبر البرنامج حـيث يلاحظ ردود الفعل لدى المتعلم أثناء المحاولة التجريبية ، ويرى أثار كـل مـا قام به من أعمال حتى الأن ، وهو أقدر من يقوم بتحديد المشكلات الرئيسـية التـى تعيق تنفيذ البرنامج ، وتعطيه الفرصة فى إعادة صياغته ، وبالنسـبة للـتأكد مـن صلاحية تعميم البرنامج كان لابد من قيام معلم أخر بالتدريب على المتعلمين وهذا ما تم فى التجربة الاستطلاعية الخامسة .

المتعلمون المشتركون فى التجربة :

إن الهدف الأساسى من التجريب هو أكتشاف المشكلات الأساسية فى البرنامج ، وذلك لابد من أن يجرى التجريب على أفراد من نفس المجتمع الذى أعد من أجله ، ويكفى لمثل هذا التجريب أن يتم على أربعة أو خمسة متعلمين من المجتمع الأصلى ، وذلك سواء كان التجريب فردى أو جماعى .

تهيئة البرنامج :

ينبغى أن يكون البرنامج التعليمى " شريط الفيديو المبرمج " تم تصويره والرؤية واضحة من خلال الأضاءة أثناء التصوير مناسبة ، ويكون كل الإطار فى البرنامج على حدة .

خطوات إجراء التجربة :

تم تطبيق البرنامج التعليمى باستخدام شريط الفيديو المبرمج على عينة البحث بنادى الجيش خلال الفترة من ٢٠٠٢/٨/٢٤ إلى ٢٠٠٢/١٠/٢١ وذلك بدافع ثلاث وحدات تعليمية فى الأسبوع أيام السبت ، الاثنين ، الأربعاء، وذلك فى تمام الساعة السابعة مساءا من كل يوم ، وبهذا تكون مدة البرنامج لمدة شهرين .

قام الباحث بإجراء قياس لكل مهارة على حدة لكل طالب أثناء تنفيذ البرنامج التعليمى ، وذلك لكى ينتقل الطالب من مهارة إلى أخرى " من إطار إلى أطار أخر " وذلك عن طريق التقدير الذاتى للباحث ، ثم بعد الانتهاء من تعلم المهارات بالبرنامج فى التاريخ المحدد سابقا قام الباحث بالقياس النهائى للمهارات جميعا وذلك عن طريق المحكمين وذلك يوم ٢٢ ،٢٣، ٢٠٠٢/١٠/٢٤م .

أسلوب التحليل الاحصائى :-

استخدام الباحث الأسلوب الأحصائى الأتى :-

- المتوسط الحسابى.
- الانحراف المعيارى.
- الدرجة التائية (ت) .

الفصل الرابع

نتائج البحث وتحليلها وتفسيرها

- عرض النتائج وتحليلها
- تفسير النتائج ومناقشتها

عرض النتائج وتحليلها

قام الباحث بعرض نتائج البحث كالاتى:-

١- بــيان وصــفى لــدرجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختبار العملى للمحكمين من الثبات .

٢- بــيان وصــفى لــدرجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختبار العملى للمحكمين من الثبات والعودة لوقفة الاستعداد .

٣- بــيان وصــفى لــدرجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للاختيار العملى للمحكمين من الحركة والعودة لوقفة الاستعداد.

جدول (٥)
دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المهارات قيد البحث (من الثبات)

المتغيرات	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
	م	ع	م	ع		
وضع القبضة ووقفة الاستعداد	٣,٠٣	٠,٥٧	٢,٠٨	٠,٤٩	٠,٩٥	٥,٦٢
التحركات	٢,٨٨	٠,٥٤	١,٨٣	٠,٤٩	١,٠٥	٦,٤٤
اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٢,٩٨	٠,٤١	٢,٠٣	٠,٣٨	٠,٩٥	٧,٥٨
الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٢,٩٥	٠,٥٦	١,٩٥	٠,٤٣	١	٦,٣٦
الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٠-	٠,٤٩	١,٣٥	٠,٤٩	١,٦٥	١٠,٦٩
الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٢,٤٣	٠,٥٥	٢,٥٥	٠,٥٦	٠,١٢٥	٠,٧٢
اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٢,٨٥	٠,٤٣	١,٨٠	٠,٦٦	١,٠٥	٥,٩٧
الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٠-	٠,٤٦	١,٧٣	٠,٤٧	١,٢٨	٨,٦٦
الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٠٨	٠,٤٧	١,٧٠	٠,٥٥	١,٣٨	٨,٥٥
الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٢,٩٣	٠,٢٧	١,٦٥	٠,٤٦	١,٢٨	٠,٦١
الركلة الأمامية بالقدم اليسرى	٢,٨٣	٠,٤١	١,٣٧٨	٠,٤٧	١,٠٥	٧,٥٤
الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليمنى للركلة الامامية بالقدم اليسرى	٣,١٠	٠,٤٢	١,٦٨	٠,٥٥	٠,٥٥	٩,٢٩
الدفاع بالخطو للخلف للركلة الامامية بالقدم اليسرى	٣,٠٨	٠,٣٧	٣,١٠	٠,٣١	٠,٠٢٥	٠,٢٣
الركلة الامامية بالقدم اليمنى	٢,٩٨	٠,٣٨	١,٦٣	٠,٤٣	١,٣٥	١٠,٥٩

تابع جدول (٥)

دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المهارات قيد البحث (من الثبات)

المتغيرات	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
	م	ع	م	ع		
الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليسرى لركلة الامامية بالقدم اليمنى	٢,٩٣	٠,٣٤	٢,٩٥	٠,٢٨	٠,٠٢٥	٠,٢٦
الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الامامية بالقدم اليمنى	٢,٧٣	٠,٣٠	٢,٨٣	٠,٤٩	٠,١٠	٠,٧٧
الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,١٥	٠,٣٣	١,٩٨	٠,٣٠	١,١٨	١١,٧٧
الدفاع بالحطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٠٠	٠,٤٠	٢,٩٥	٠,٣٢	٠,٠٥	٠,٤٤
الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليمنى ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٠٠	٠,٣٢	٢,٣٣	٠,٤١	٠,٦٨	٥,٨١
الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٣,١٥	٠,٣٣	١,٩٣	٠,٤١	١,٢٣	١٠,٤٨
الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٢,٨٠	٠,٤٤	٢,٨٧	٠,٣٢	٠,٠٧٥	٠,٦٢
الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٢,٧-	٠,٣٤	١,٨٣	٠,٣٤	٠,٨٨	٨,١٩
الركلة الجانبية بباطن القدم اليمنى للجسم	٣,١٠	٠,٣٥	١,٩٠	٠,٤٥	١,٢٠	٩,٤٧
الدفاع بالدفع للخارج بكف اليد اليسرى للركلة الجانبية بباطن القدم اليمنى للجسم	٣,١٥	٠,٤-	١,٩٢	٠,٣٤	١,٢٣	١٠,٤٨
الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس	٣,١٥	٠,٤٦	١,٩٥	٠,٥١	١,٢٠	٧,٨٠
الدفاع بالخطو للخلف للركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس	٢,٦٥	٠,٤٩	٢,٨٣	٠,٣٧	٠,١٧٥	١,٢٧
الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس	٣,٠٥	٠,٣٦	١,٦٣	٠,٣٦	١,٤٣	١٢,٥٧
الدفاع بالخطو للخلف للركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس	٢,٧٣	٠,٣٨	٢,٧٠	٠,٣٠	٠,٠٢٥	٠,٢٣

<u>قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى (٠,٠٥) :-</u>

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى قياس مستوى الأداء المهاى من الثبات للمهارات الحركية متمثلة فى وضع القبضة ووقفة الاستعداد والتحركات واللكمة المستقيمة اليسرى للرأس ، الدفاع بصد الكف لليد اليمنى، الدفاع بميل الجذع للخلف ، اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس، الصد بكف اليد اليمنى ، الدفاع بميل الجذع للخلف ، الركلة الأمامية بالقدم اليسرى ، الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليمنى ، الركلة الامامية بالقدم اليمنى، الركة النصف دائرية بالقدم اليسرى، الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى، الركلة الجانبية بباطن القدم للجسم، الدفاع للخارج بكف اليد اليسرى ، الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم اليسرى، الركلة ٣٦٠ درجة بمشط القدم اليمنى للرأس لصالح المجموعة التجريبية وأيضا وجود فروق غير دالة إحصائيا فى مستوى الأداء المهارى بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى المهارات التالية :

- الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليسرى.
- الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليسرى لركلة الأمامية للقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الأمامية بالقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس.

جدول (٦)
دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث (ذهاب وعودة)

المتغيرات	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
	م	ع	م	ع		
وضع القبضة ووقفة الاستعداد	٣,٣٨	٠,٤٣	٢,٣٥	٠,٣٧	١,٠٣	٨,١٧
التحركات بالقدمين	٣,١٠	٠,٣٨	٢,٢٣	٠,٣٠	٠,٨٨	٨,٠١
اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٤٣	٠,٤١	٢,٣٣	٠,٢٩	١,١٠	٩,٨١
الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٤٨	٠,٤٤	٢,٢٨	٠,٣٠	١,٢٠	١٠,٠٠
الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٤٥	٠,٣٩	٢,١٨	٠,٢٩	١,٢٨	١١,٦٠
الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٠٨	٠,٤١	٣,٠٠	٠,٢٣	٠,٠٨	٠,٧٢
اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٣٥	٠,٤٦	٢,٧٥	٠,٣٠	٠,٦٠	٤,٨٦
الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٥٥	٠,٣٩	٢,٥٨	٠,٢٩	٠,٩٨	٨,٧٨
الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٣٨	٠,٤٨	٢,٥٨	٠,٢٩	٠,٨٠	٦,٣٣
الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٢٠	٠,٣٨	٢,٣٥	٠,٤٠	٠,٨٥	٠,٦١
الركلة الأمامية بالقدم اليسرى	٣,٤٠	٠,٤٢	٢,٦٣	٠,٢٨	٠,٧٨	٦,٩٤
الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليمنى للركلة الامامية بالقدم اليسرى	٣,٤٨	٠,٣٤	٢,٣٥	٠,٣٣	١,١٣	١٠,٥٩
الدفاع بالخطو للخلف للركلة الامامية بالقدم اليسرى	٣,٤٠	٠,٣٨	٣,٣٣	٠,٣٤	٠,٠٧٥	٠,٦٦
الركلة الامامية بالقدم اليمنى	٣,٥٨	٠,٣٤	٢,٦٠	٠,٣٥	٠,٩٨	٩,٠٢
الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليسرى لركلة الامامية بالقدم اليمنى	٣,١٨	٠,٢٩	٣,١٠	٠,٢١	٠,٠٧٥	٠,٩٤
الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الامامية بالقدم اليمنى	٣,٠-	٠,٤٠	٢,٨٨	٠,٥٤	٠,١٣	٠,٨٤
الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٣٥	٠,٢٩	٢,٣٠	٠,٥٠	١,٠٥	٨,١٩
الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٤٨	٠,٥٠	٣,١٥	٠,٤٠	٠,٣٣	١,٩٩
الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليمنى ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٣٨	٠,٤٣	٢,٤٨	٠,٤١	٠,٩٠	٦,٨٠
الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٣,٤٠	٠,٤٢	٢,٣٠	٠,٥٧	١,١٠	٦,٩٦
الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٢,٨٠	٠,٤٤	٢,٨٨	٠,٣٢	٠,٠٧٥	٠,٦٢

تابع جدول (٦)
دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث (ذهاب وعودة)

المتغيرات	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
	م	ع	م	ع		
الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٣,١٥	٠,٦٧	٢,٣٠	٠,٦٤	٠,٨٥	٤,١١
الركلة الجانبية بباطن القدم للجسم	٣,٤٠	٠,٤٢	٢,٣٥	٠,٤٩	١,٠٥	٧,٣١
الدفاع للخارج بكف اليد اليسرى للركلة الجانبية بباطن القدم	٣,٦٠	٠,٣٥	٢,٣٨	٠,٣٢	١,٢٣	١١,٦٠
الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس	٣,٥٥	٠,٣٢	٢,٥٣	٠,٣٤	١,٠٣	٩,٧٦
الدفاع بالخطو للركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس	٣,٢٢	٠,٤٩	٢,٩٨	٠,٣٩	٠,٢٤	١,٨٦
الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى الرأس	٣,٥٠	٠,٣٢	٢,٤٣	٠,٣٤	١,٠٨	١٠,٣٠
الدفاع بالخطو للخلف للركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس	٣,٣٠	٠,٣٣	٣,٠٥	٠,٣٢	٠,٢٥	١,٩٠

قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى (٠,٥) :

يتضـــح من الجدول رقم (٦) وجود فروق إحصائيا بين المجموعتين التجــريبية والضـــابطة فى قياس مستوى الأداء المهارى من الحركة والعودة لـــوقفة الاستعداد للمهارات الحركية متمثلة فى وضع القبضة ووقفة الاستعداد والتحركات واللكمة المستقيمة اليسرى للرأس والدفاع بصد الكف اليد اليمنى، الـــدفاع بميل الجذع للخلف، اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس، الصد بكف اليد اليمنـــى، الـــدفاع بميل الجذع للخلف، الركلة الأمامية بالقدم اليسرى، الدفاع بالدفـــع للداخل بكف اليد اليمنى، الركلة الأمامية بالقدم اليمنى، الركلة النصف دائـــرية بالقدم اليسرى، الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليمنى، الركلة النصف دائـــرية للقدم باليمنى، الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى، الركلة الجانبية بباطن القدم للجسم.

الـــدفاع للخـــارج بكـــف اليد اليسرى ، الركلة الدائرية الأمامية من الـــداخل للخـــارج بمشـــط القدم اليسرى، الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخـــارج بمشط القدم اليسرى الركلة ٣٦٠ درجة بمشط القدم اليمنى للرأس،

لصـــالح المجمـــوعة التجـــريبية وأيضا وجود فروق غير دالة إحصائيا فى مســـتوى الأداء المهـــارى بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى المهارات التالية :

- الدفاع بالخطو للكمة المستقيمة اليسرى للرأس.
- الدفاع بالخطو للخف للكمة المستقيمة اليمنى .
- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليسرى.
- الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليسرى للركلة الأمامية للقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الأمامية بالقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى.
- الـــدفاع بالخطـــو للخلف ضد الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس.

جدول (٧)
دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث (من الحركة)

المتغيرات	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
	م	ع	م	ع		
وضع القبضة ووقفة الاستعداد	٣,٥٥	٠,٥١	٢,٥٥	٠,٤٣	١,٠٠	٦,٧٣
التحركات بالقدمين	٣,٢٨	٠,٣٨	٢,٣٨	٠,٣٦	٠,٩	٧,٧١
اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٥٨	٠,٤٧	٢,٥٠	٠,٤	١,٥٨	٧,٨٤
الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٦٥	٠,٣٧	٢,٤٣	٠,٣٧	١,٣٣	١١,٣٤
الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٦٨	٠,٣٧	٢,٣٥	٠,٣٧	١,٣٣	١١,٣٤
الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس	٣,٣٠	٠,٣٨	٣,١٨	٠,٢٩	٠,١٢	١,١٧
اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٥٣	٠,٣٤	٢,٩٣	٠,٣٧	٠,٦	٥,٣٠
الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٨٠	٠,٤٧	٢,٧٠	٠,٣٤	١,١٠	٤,٤٨
الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٦٣	٠,٤٥	٢,٧٨	٠,٤٤	٠,٨٥	٥,٩٨
الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس	٣,٦٥	٠,٥٤	٢,٥٣	٠,٤٧	١,١٢	١,٥٣
الركلة الأمامية بالقدم اليسرى	٣,٦٣	٠,٣٩	٣,٤٥	٠,٣٩	٠,١٨	٦,٤١
الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليمنى للركلة الامامية بالقدم اليسرى	٣,٧٨	٠,٣٤	٢,٧٥	٠,٤١	١,٠٣	٨,٥٣
الدفاع بالخطو للخلف للركلة الامامية بالقدم اليسرى	٣,٣٥	٠,٤	٣,٢٣	٠,٢٦	٠,١٢	١,١٨
الركلة الامامية بالقدم اليمنى	٣,٢٥	٠,٤٧	٣,٠٣	٠,٧٥	٠,٢٣	١,٣٥
الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليسرى لركلة الامامية بالقدم اليمنى	٣,٣٥	٠,٤	٣,٢٣	٠,٢٦	٠,١٢	١,١٨
الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الامامية بالقدم اليمنى	٣,٢٥	٠,٤٧	٣,٠٣	٠,٥٧	٠,٢٣	١,٣٥
الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٥٥	٠,٤٣	٢,٤٥	٠,٥٨	١,١٠	٦,٨٢
الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٤٨	٠,٦	٣,٢٨	٠,٣٨	٠,٢	١,٢٧
الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليمنى ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى	٣,٦٠	٠,٥	٢,٦٣	٠,٤٦	٠,٩٧	٦,٤٥
الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٣,٦٥	٠,٤٣	٢,٤٨	٠,٦٤	١,١٧	٦,٨٢
الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٣,٠٨	٠,٥٥	٣,٠٨	٠,٤٤	صفر	صفر

تابع جدول (٧)

دلالة الفروق بين مجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث (من الحركة)

المتغيرات	التجريبية (ن = ٢٠)		الضابطة (ن = ٢٠)		الفرق	قيمة ت
	م	ع	م	ع		
الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى	٣,٣٨	٠,٦٣	٢,٤٣	٠,٧١	٠,٩٥	٤,٤٨
الركلة الجانبية بباطن القدم للجسم	٣,٦٥	٠,٣٧	٢,٥٣	٠,٥٣	١,١٢	٧,٨٦
الدفاع للخارج بكف اليد اليسرى للركلة الجانبية بباطن القدم	٣,٨٣	٠,٤٧	٢,٥٥	٠,٥٣	١,١٢	٧,٨٦
الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس	٣,٧٨	٠,٤٤	٢,٦٨	٠,٤١	١,١٠	٨,١٨
الدفاع بالخطو للركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس	٣,٤٠	٠,٥٥	٣,١٣	٠,٤٨	٠,٢٧	١,٦٨
الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس	٣,٧٣	٠,٤١	٢,٦٠	٠,٣١	١,١٣	٩,٧٧
الدفاع بالخطو للخلف للركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس	٣,٤٨	٠,٣٨	٣,٢٣	٠,٤٧	٠,٢٥	١,٨٥

قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى (٠,٥١) :-

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى قياس مستوى الأداء المهارى من الحركة متمثلة فى وضع القبضة ووقفة الاستعداد والتحركات واللكمة المستقيمة اليسرى للرأس والدفاع بصد الكف اليد اليمنى، الدفاع بميل الجذع للخلف، الركلة الأمامية بالقدم اليسرى ، الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليمنى، الركلة الأمامية بالقدم اليمنى، الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى، الدفاع بالصدر بظهر كفه اليد اليمنى، الركلة النصف دائرية للقدم اليمنى، الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى، الركلة الجانبية بباطن القدم للجسم ، الدفاع للخارج بكف اليد اليسرى، الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم اليسرى، الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم اليسرى ، الركلة ٣٦٠ درجة بمشط القدم اليمنى للرأس، لصالح المجموعة التجريبية وأيضا وجود فروق غير دالة إحصائيا فى مستوى الأداء المهارى بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى المهارات التالية:

- الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليسرى.
- الدفاع بالدفع للداخل بكف اليد اليسرى لركلة الأمامية للقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الأمامية بالقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس.
- الدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس.

تفسير النتائج ومناقشتها :

إعتماداً على النتائج التى تم الحصول عليها والتى تمت معالجتها إحصائياً قام الباحث بعرض وتفسير النتائج حسب الهدف من البحث كما يلى:-

- فقد أشارت نتائج الجداول (٥) ، (٦) ،(٧) والتى تناولت دلالة الفروق بين مجموعتى البحث (التجريبية – الضابطة) فى جميع المتغيرات المهارية قيد البحث من الثبات والعودة ومن الحركة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائيه فى :-

١- وضع القبضة .
٢- وقفة الإستعداد .
٣- التحركات .
٤- اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس.
٥- الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى .
٦- الدفاع بميل الجذع للخلف .
٧- اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس .
٨- الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى .
٩- الدفاع بميل الجذع للخلف .
١٠- اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس .
١١- الركلة الأمامية بالقدم اليسرى .

١٢- الدفاع بالدفع للداخل بالكف اليد اليمنى .
١٣- الركلة الأمامية بالقدم اليمنى .
١٤- الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى .
١٥- الدفاع بالصد بظهر كف اليد اليسرى .
١٦- الركلة الجانبية بباطن القدم للجسم .
١٧- الدفاع بالدفع للخارج بكف اليد اليسرى .
١٨- الركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم اليسرى .
١٩- الركلة ٣٦٠ درجة بمشط القدم اليمنى للرأس .

لصالح المجموعة التجريبية .

وبتفسير نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة للمهارات قيد البحث كانت كالتالى : -

- ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية وتشير هذه الفروق إلى تحسن مستوى أداء فى تعلم تلك المهارات وهذا يرجع إلى التأثير الإيجابى لطريقة البرمجة حيث أن طريقة البرمجة تتيح الفرصة للاعبين بأكبر قدر من الإستفادة من زمن التدريب فى عملية تعلمهم بهذه المهارات وتظهر هذه الأستفادة فى التفاعل التام للاعبى المجموعة التجريبية مع وحدات البرنامج مما يؤدى إلى وضوح المهارات لهم وحدوث التحسن فى أدائهم لها وهذا مالم يحدث بالنسبة للتعليم بالطريقة التقليدية حيث يقوم المعلم بشرح المهارات فى بداية الوحدة التعليمية ولمرة واحدة فقط الأمر الذى يؤدى إلى عدم دقته وفهم النواحى الفنية لهذه المهارات المتعلمة كما أن لاعبى المجموعة الضابطة لا ينالون مراجعة أدائهم للمهارات بنفس القدر الذى تناوله المجموعة التجريبية نظراً لان أهتمام المعلم أثناء تعليمه للمجموعة الضابطة ينصب فى الدرجة الأولى على تعلم المهارات الجديدة دون مراجعة للمهارات التى سبق تعلماه بالقدر الكافى ، كما يعزو الباحث إلى تفوق المجموعة التجريبية أيضاً أن طريقة البرمجة زادت من حجم التذكر وطول مدته الأمر الذى أدى إلى إحتفاظ المجموعة التجريبية للخبرة المتعلمة لهذه المهارات كما أدت أيضاً إلى إنتقال

أثــر الــتدريب والإيجابى للاعبى المجموعة التجريبية نتيجة للتدعيم الــدورى والفورى عن طريق الشريط المبرمج والمعلم والزميل أثناء تعلمهــم وخاصــاً للمهــارات الدفاعية وأيضاً أتاحت طريقة البرمجة الفرصـــة وخاصة للمهارات الدفاعية وأيضاً أتاحت طريقة البرمجة الفرصـــة لتعزيــز تعلمهم وأتقان المهارات وتكرارها أكثر من مرة وذلــك نتيجة لمعرفتهم الفورية لنتائج تعلمهم وتقويمهم لذاتهم مما قلل نسبة الخطأ فى أدائهم وذلك نتيجة لان لاعبى المجموعة التجريبية لا يــتم إنــتقالهم إلى تعلم مهارة جديدة إلا بعد أن يتم إجراء إختبار لهم للــتأكد مــن أدائهــم للمهارة المتعلمة بصورة جيدة ، كما أن طريقة البرمجة زادت من دافعيته وفاعلية لاعبى المجموعة التجريبية وذلك مــن خــلال مــراعاة الفــروق الفردية بينهم ولتوفير جو من المتعة والأمــن والتشــويق والجذب أثناء تعلمهم للمهارات قيد البحث الشئ الذى تفتقده المجموعة الضابطة أثناء تعليمهم له .

- وأتفقــت هذه النتائج مع ما أشارت إليه نتائج دراسات كل من حلمى لطفى الجمل وعبد النبى أسماعيل الجمال ومديحة محمد الأمام (١١) ، صــفوت أحمــد على حسانين (١٤) ، عصام أحمد حسن (٢١) ، ميــرفت محمــد محمد أمين (٣١) ، ومصطفى محمد أحمد الجبالى (٣٠) ، وضــياء محمد العزب (١٥) ، شارون . ذ . ج . Sharon Z.G (٤٣) لــيويس . د. م D.M . Lewis (٤٢) فرانسين . ب.ك Francis . P.K (٤٠).

- وجــود فــروق لكــن غير دالة إحصائياً فى مهارات الدفاع بالخطو للخلف فى:

١- اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس .
٢- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليسرى .
٣- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليمنى .
٤- الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى .
٥- الــدفاع بالخطــو للخلف للركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم اليسرى .
٦- الدفاع بالخطو للخلف للركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس .

وذلك لصالح المجموعة التجريبية .

وجود فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى

١- اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس .
٢- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليسرى .
٣- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الأمامية بالقدم اليمنى .
٤- الدفاع بالخطو للخلف للركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى .
٥- الدفاع بالخطو للخلف للركلة الدائرية الأمامية من الداخل للخارج بمشط القدم اليسرى .
٦- الدفاع بالخطو للخلف للركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس .

ولكن هذه الفروق ليست ذات دلالة إحصائية حيث أن الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بسيطة نسبياً ولم تصل إلى الواحد الصحيح من مجموع الدرجات مما يدل على أن مستوى تعلم هذه المهارات بل لنسبة المجموعتين متقارب وأن الأختلاف فى طريقة التعليم لم يكن تأثير سوى تحسن طفيف لصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث تحسن مستوى أداء المجموعة التجريبية لهذه المهارات إلى طريقة البرمجة حيث أن المتعلم لا ينتقل من إطار إلى أخر قبل أجتيازه أختبارات تفيد أنه تعلم المهارة محتوى الإطار بصورة جيدة ، ويرجع الباحث إرتفاع مستوى أداء المجموعة الضابطة لهذه المهارات وذلك لتكرارها أثناء البرنامج التعليمى أكثر من مرة حيث أنها مهارة دفاعية (الخطو للخلف) يتم إدائها لأكثر من مهارة هجومية .

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

- الاستنتاجات
- التوصيـــــات

الاستنتاجات

فـــي ضوء أهداف البحث وفروضه ومن خلال المعالجات الاحصائية ومناقشة وتفسير النتائج أمكن للباحث استخلاص ما يلى :

١ – تؤثـــر طـــريقة التعلـــيم المبرمج (الفيديو المبرمج) كأحدى طرق التعليم تأثيـــرا إيجابـــيا فعـــالا علـــى تعلم المهارات الأساسية لرياضة الكيك بوكسينج .

٢ – أن طـــريقة التعليم المبرمج (الفيديو المبرمج) تلغى الحاجز بين اللاعبين والمعلـــم وتـــزيد مـــن العلاقـــة بينهم ، وهذا مالا تتيحه طريقة التعليم التقليدية .

٣ – اســـتخدام طريقة البرمجة تزيد من فاعلية اللاعبين فى التعليم ، وتراعى الفـــروق بـــين اللاعبـــين ، وتؤدى إلى ادراكهم لمدى نجاحهم فى تعلم المـــادة التعليمية موضوع البحث وتقويمهم لذاتهم باستمرار ، وذلك عن طـــريق التعزيـــز الفورى – معرفة اللاعب لنتائج تعلمهم – مما يعزز تعلـــيم اللاعبين ويدعمه ويزيد من سرعة التعليم وتكرار الاداء واتقانه فى جو من المتعة والأمن والتشويق .

٤ – تساعد طريقة البرمجة على حل كثير من المشكلات التى تواجه القائمين تعلـــيم رياضـــة الكـــيك بوكسينج كالزيادة العددية للاعبين وكذلك عدم انتظامهم فى التدريب .

التوصيات

إيمـــاء إلى ما توصل إليه الباحث من نتائج واستخلاصات فإنه يمكن الإشارة إلى التوصيات الالية :

١ - استخدام التعليم المبرمج (الفيديو المبرمج) فى تعليم جميع مهارات الكيك بوكسينج الأساسية - الهجومية - الهجومية المضادة - الدفاعية) .

٢ - اســتخدام نظـــام البرمجة فى تدريس مادة الكيك بوكسينج لطلاب كليات التربية الرياضية لجميع السنوات الدراسية والتخصصات .

٣ - تكــوين لجــنة من خبراء التعليم المبرمج وأعضاء اللجنة الفنية بالإتحاد المصـــرى للملاكمة ولجنة الكيك بوكسينج تقوم بإعداد برامج التدريب فـــى صـــورة برامج علمية مبرمجة لجميع مراحل التدريب والمنتخبات القومية .

٤ - ضـــرورة عقد دورات تدريبية ودراسات علمية لمدربى الكيك بوكسينج لجمـــيع المـــراحل السنية للتعرف على أساليب التعليم المبرمج ، وعلى أحدث الوسائل فى طرق التعليم ودورهما فى التعليم المبرمج .

٥ - اســتخدام أنـــواع مختلفة من البرمجة فى مجال تدريس وتدريب الكيك بوكسينج وتطوير أساليب البرمجة وأشكال البرامج .

قائمة المراجع

أولاً : قائمة المراجع باللغة العربية

ثانياً : قائمة المراجع باللغة الأجنبية

أولاً :قائمة المراجع باللغة العربية :

١- إبراهيم سعيد عيد حسانيـــن (١٩٩٧م) : " تأثيـــر اســتخدام التعليم المبرمج على تعلم مهارة سباحة الزحف على الظهر " ، رسالة ماجســتير غيــر منشــورة ، كلــية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان .

٢- أحمد خيرى كاظم، سعد يــس (١٩٧٣م) : تــدريس العلــوم ، القاهــرة ، دار النهضـــة العربية.

٣- أسامة صلاح فؤاد محمـــــد (١٩٩٨م) : " تأثيـــر التعلــيم المبـــرمج على تعلم بعض المهـــارات الأساسية للمبتدئين فى المبارزة ، رســالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .

٤- اسماعيل حامد عثمان وآخرون(١٩٩٧م) : تعليم وتدريب الملاكمة ، دار السعادة للطابعة ، القاهرة .

٥- السيد محمد أحمد العقـــــاد (١٩٩٩م) : " تأثيـــر اســتخدام التعليم المبرمج على تعلم بعــض مهارات كرة اليد للتلاميذ الصم البكم للمـــرحلة الإعدادية " ، رسالة ماجستير غير منشـــورة ، كلــية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .

٦- أمال صادق ، فؤاد أبو حطب (١٩٨٤م) : علم النفس التربوى ، الطبعة الثالثة ، القاهرة مكتبة الانجلو المصرية .

٧- إيمان حسن محمد حســــن (١٩٩٣م) : " تأثيـــر اســتخدام نظـــام البرمجة فى درس التربية الرياضية على بعض الصفات البدنية والمهـــارات الحركية لتلميذات الحلقة الثانية مـــن مـــرحلة التعلــيم الأساســـى " ، رسالة دكــتوراه غيـــر منشـــورة ، كلـــية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .

٨- **إيمان عبد الله زيد محمـــــــد (١٩٩٥م)** : " تأثيـــر اســـتخدام التعليم المبرمج على تعلم بعـــض مهارات الكرة الطائرة لتلاميذ الصم البكم " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .

٩- **جلال كمال على سالـــــــــم (١٩٩٧م)** : " تأثيـــر بـــرنامج مقترح للتعليم المبرمج على تعلـــم الأداء المهارى للمبتدئين فى كرة اليد " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة قناة السويس .

١٠- **حسين حمدى الطوبجـــــــى (١٩٨٨م)** : وســـائل الاتصــــال والتكنولوجـــيا فى التعليم الكويت دار التعلم .

١١- **حلمى لطفى الجمل ، عبد النبى اسماعيل الجمال ، مديحة محمد الأمام (١٩٨٨)** : فاعلـــية الـــتعلم المبـــرمج فى بعض خطفات المصـــارعة للناشـــئين ، مؤتمر تاريخ علوم الرياضــــة ، كلـــية الرياضة للبنين بالمنيا ، جامعة المنيا .

١٢- **رمزيـــــــــة الغريـــــــب (١٩٨٦م)** : " الـــتعلم دراســـة نفســـية تفسيرية توجيهية " الطبعة السادسة ، مكتبة الانجلو المصرية .

١٣- **شريف محمــــــــــــد هنوهم (٢٠٠٠م)** : " أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض مهارات رياضة الجودو " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية .

١٤- **صفوت أحمد حسانيـــــــــن (١٩٨٨م)** : تأثيـــر طـــريقة البرمجة على تنمية الصفات البدنـــية وتعليم المهارات الحركية فى درس التـــربية الرياضية بالمرحلة الثانوية ، رسالة ماجســـتير كلـــية التـــربية الرياضية للبنين ، الزقازيق ، جامعة الزقازيق.

١٥- **ضياء الدين محمد أحمــــــد (١٩٩٠م)** : " أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهـــارات الأساســـية لرياضة الملاكمة " ، رســـالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة .

١٦- طارق محمد على إبراهيـــم (١٩٩٧م) : " تأثيــر اســتخدام التعليم المبرمج على تعلم بعــض المهـــارات الأساســية لناشـــئ تنس الطاولـــة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلــية التــربية الرياضــية للبنــين ، جامع الزقازيق.

١٧- عبد العظيم الفرجانـــــى (١٩٨٥م) : تكنولوجــيا المواقـــف التعليمية ، دار النهضة العربية ، القاهرة .

١٨- عثمان لبيب فـــــــراج (١٩٦٧م) : " اتجاهــات حديــثة فــى التربية والتعليم " ، خواطــر حــول اتجاهات التعليم المبرمج ، مجلــة التــربية الحديــثة " ، العدد الثالث ، القاهرة ، فبراير.

١٩- عثمان لبيب فـــــــراج(١٩٧١م) : " التعلــيم المبرمج وتكنولوجيا التعليم ، مجلة التــربية الحديثة ، الجمعية الأمريكية ، العدد الثالث .

٢٠- عرفات عبد العزيز سليمان (١٩٩١م) : ديناميكــية التربية فى المجتمعات ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .

٢١- عصام أحمد حسن السيـــد(١٩٨٨م) : تأثيــر استخدام التعليم المبرمج فى تعلم بعض مهــارات المصـــارعة الـــرومانية ، رسالة ماجســتير، كلــية التــربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .

٢٢- فخــــــــر الدين القلا (١٩٨٦م) : " دراســة تجــريبية لبيان مدى فاعلية التعليد المبــرمج والنظام التدريبى فى مجال اعدا المدرســين وتدريـــبهم على استخدام أجهز الاســقاط " رســالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة .

٢٣- كمـــــــال الدسوقـــــى (١٩٧٧م) : التعلــيم والـــتعلم ، القاهـــرة ، مكتبة الانجلو المصرية .

٢٤- كوثر حسين كوجـــــــك (١٩٩٧م) : اتجاهات حديثة فى المناهج وطرق التدريس ، الطبعة الثانية ، القاهرة ، عالم الكتب .

٢٥- مجدى زارع محمد عبد الله (١٩٩٥م) : تأثير استخدام التعليم المبرمج على سرعة واتقان تعلم بعض المهارات الأساسية لرياضة الجودو " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة حلوان ، القاهرة.

٢٦- محاسن رضا أحمد (١٩٧٧م) : برمجة المواد التعليمية لمحو الأمية وتعليم الكبار القاهرة ، دار النهضة العربية .

٢٧- محمد لبيب النجيحى ، محمد منير مرسى (١٩٧٧م) : المناهج والوسائل التعليمية ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .

٢٨- محمد هانى محمد عبد الله(١٩٨٤م) : " أثر استخدام طريقتى سكنر وكراوادر للبرمجة النظرية فى تعلم الوثب الطويل بدرس التربية الرياضية للبنين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة حلوان الإسكندرية .

٢٩- محمد يوسف حسانين خليل (٢٠٠٢م) : " أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم بعض المهارات المركبة فى رياضة الملاكمة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان .

٣٠- مصطفى محمد أحمد الجبالى (١٩٨٩م) : تأثير استخدام التدريب الدائرى المبرمج فى درس التربية الرياضية على اللياقة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، جامعة حلوان.

٣١- ميرفت محمد محمد أمين (١٩٨٩م) : دراسة بناء برامج تعليم زاتى لتعليم الناشئات الوثب العالى ، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة جامعة حلوان .

٣٢- ناجى إسماعيل حامد (٢٠٠١م) : القواعد الأساسية للكيك بوكسينج ، مطبعة السعادة ، القاهرة .

٣٣- ناهد طاهر محمد السيـــــــد (١٩٩٦م) : " دراســة مقارنــة بين أسلوبين مختلفين من أســاليب تكنولوجية التعلم على تعليم مسابقة دفــع الجلــة لتلميذات المرحلة الإعدادية " ، رســالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .

٣٤- نشوة محمد حلمى عبد العاطى(١٩٩٨م) : " تأثيــر استخدام التعليم المبرمج على مستوى أداء بعــض مهــارات المــبارزة ، رســالة ماجســتير غيــر منشــورة ، كلــية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة.

٣٥- ولبــر شــيرام ترجمة عثمان لبيب فراج (١٩٩٦م) : التعلــيم المبرمج اليوم وغدا ، القاهرة ، مكتبة نهضة مصر.

٣٦- وليـــــــــد القصـــــــاص (٢٠٠١م) : تــاريخ الكــيك بوكســينج عالمــياً ومحلياً ، محاضــرات غيــر منشورة ، الدورة الدولية بالقاهرة .

ثانياً : قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

37- **Bingshus, Z (1988)** : Experimental Research on programmed instruction of volly Ball forward st. skill. Reider Hand Hainke V (red) The physical Education Teacher and cooch today text book, P.P 378 – 381 .

38- **Dennis, K.L, Amelia, M.L., and Katherine, F.H., (1986)** : Programmed Instruction Vs., Cohort Instruction for Teaching and Opef Motor Skill. The physical Education, Publication of phiespilan Rappahraterrity. Vol. 43 (4) 176 – 181 .

39- **Federico. J.R (1980)** : A comparison of an Individualized and A conventional Method of Instruction : Motor Per for Mance Assessment of Handicapped Children Dissertation Absltacts International. Vol. 41, nll, University Micro Films International .

40- **Francis. P.K.1983** : Developing selected obsected observational skills in physical Education Teachers using an Individualized Learing programme Dissertation Abstracts International . University Microfilms . International, vol 47 (5), p 1 47. 198 .

41- **Hartley. J.,1972** : Strategies for progrommed Instruction educational technology, vol, 3, Butt. Eruwo the london.

42- **Lewis, D.M (1983)** : The Effect of Participation on Individualized Instruction pf program the physical fitness of Severel Aerat Female. Adolescents. Dissertation Abstracts International. Vol., 43 (7) 2277-2278 University Micro Filn International .

43- **Sharo, G., (1980)** : The effect of Individualized Instruction in physical Education an Stude teachers and Their Students Dissertation Abstracts International, Vol. 42 (1) .

قائمة المرفقات

مرفق رقم (١) اختبارات لياقة بدنية

مرفق رقم (٢) بطارية الاختبارات البدنية للاعبى الملاكمة والكيك بوكسينج من ١٢ – ١٤ سنة .

مرفق رقم (٣) استمارة استطلاع رأى

مرفق رقم (٤) أسلوب التقويم ومواصفات المحكم



مرفق رقم (١)

الاســـــم :

تاريخ الميلاد :

الطـــــول :

الـــــوزن:

اختبارات اللياقة البدنية :-

م	الاختبار	وحدة القياس	الأداء	الدرجة	ملاحظات
١	الجرى الارتدادى				
٢	التوازن				
٣	الوثب من الثبات				
٤	الرشاقة				

مرفق رقم (٢)

بطارية الاختبارات البدنية للاعبى الملاكمة والكيك بوكسينج من ١٢ – ١٤ سنة

وتـــتكون من عدد اختبارات يقوم اللاعب ويتم تحويل الدرجات التى يحصـــل عليها اللاعب إلى دزجات معيارية ويتم جمع هذه الدرجات وقسمتها علـــى ٥ ليحصـــل اللاعـــب على نسبة مئوية تعبر عن مدى نجاحه فى هذه الاختبارات.

الاتحاد المصرى للملاكمة للهواة

بطارية اختبارات
اللياقة البدنية والاستعداد الخاص
للاعبى مراكز التحمل للملاكمة
والكيك بوكسينج

إعداد
الاستاذ الدكتور / إسماعيل حامد عثمان
رئيس الاتحاد المصرى للملاكمة
نائب رئيس الاتحاد الدولى

الاختبار الأول :-

الجـــرى الاتـــدادى لمدة دقيقة واحدة بين خطين المسافة بينهما ١٠م يحسب عدد المرات "التردد" من خط البداية وعند لمسه بالقدم فى كل مرة مع ملاحظة لمس الخطين فى كل مرة .

الاختبار الثانى: (أداء التمرين التالى خلال ٢ ق)

" وقوف – ثنى الركبتين – قذف الرجلين خلفا ثم رجوعهما والوقوف " لحســاب عــدد المرات خلال ٢ ق (كل وقفة بعد أداء التمرين تعتبر مرة واحدة) .

الاختبار الثالث: (الوثب الطويل من الثبات)

يقــف اللاعــب خلف خط البداية ثابت القدمين ويثبت للامام بالقدمين معا أقصى مسافة – يمنح ثلاث محاولات لكل مختبر – تحسب أحسن مسافة بالسنتمتر من مكان آخر جزء من الجسم لمس الأرض حتى خط البداية.

الاختبار الرابع: (الأتـزان)

يقــف اللاعــب على مكعب خشبى ١٠ × ١٠ سم بقدم واحدة وذلك لأكبر زمن ممكن – يتم حسابه

الجداول المعيارية لاختبارات مراكز الموهوبين

بوزارة الشباب

جدول الاختبار رقم (١)

(الجرى الاتدادى بين خطين)

النسبة المئوية	عدد مرات الأداء
١٠٠	١٥
٩٥	١٤
٨٥	١٣
٧٥	١٢
٦٥	١١
٦٠	١٠
٥٥	٩
٥٠	٨
٤٥	٧
٤٠	٦
٣٥	٥
٣٠	٤
٢٥	٣
٢٠	٢
١٥	١
١٠	-
٥	-

قــام بإعــداد الاختبارات والجداول الأستاذ الدكتور / إسماعيل حامد عثمان رئيس الاتحاد المصرى للملاكمة ونائب رئيس الاتحاد الدولى

جداول الاختبار رقم (٢)

(الوقوف -- ثنى الركبتين – قذف الرجلين خلفا ثم الوقوف / ٢ ق)

النسبة المئوية	عدد المرات	النسبة المئوية	عدد المرات
١٠٠	٦٥	٦٠	٣٦
٩٩	٦٤	٥٩	٣٥
٩٨	٦٣	٥٨	٣٤
٩٧	٦٢	٥٧	٣٣
٩٦	٦٠	٥٥	٣١
٩٤	٥٨	٥٤	٣٠
٩٣	٥٧	٥٣	٢٩
٩٢	٥٦	٥٢	٢٨
٩١	٥٦	٥١	٢٧
٩٠	٥٥	٥٠	٢٦
٨٩	٥٤	٤٨	٢٥
٨٨	٥٣	٤٥	٢٤
٨٧	٥٢	٤٢	٢٣
٨٦	٥١	٣٩	٢٢
٨٥	٥٠	٣٦	٢١
٨٤	٤٩	٣٣	٢٠
٣٨	٤٨	٣٠	١٩
٨٢	٤٧	٢٧	١٨
٨٠	٤٦	٢٤	١٧
٧٨	٤٥	٢١	١٦
٧٦	٤٤	١٨	١٥
٧٤	٤٣	١٥	١٤
٧٢	٤٢	١٢	١٣
٧٠	٤١	٩	١٢
٦٨	٤٠	٦	١١
٦٦	٣٩	٣	١٠
٦٤	٣٨	٢	٩
٦٢	٣٧	١	٨

جداول الاختبار رقم (٣)
(الوثب الطويل من الثبات – سم)

النسبة المئوية	عدد المرات	النسبة المئوية	عدد المرات
١٠٠	٢٣٠	٥١	١٧٠
٩٩	٢٢٩	٤٩	١٦٨
٩٨	٢٢٨	٤٧	١٦٦
٩٧	٢٢٧	٤٥	١٦٤
٩٦	٢٢٦	٤٣	١٦٢
٩٥	٢٢٥	٤١	١٦٠
٩٤	٢٢٤	٣٩	١٥٨
٩٣	٢٢٣	٣٦	١٥٦
٩٢	٢٢٢	٣٥	١٥٤
٩١	٢٢١	٣٤	١٥٢
٩٠	٢٢٠	٣٢	١٥٠
٨٩	٢١٩	٣٠	١٤٨
٨٨	٢١٨	٢٨	١٤٦
٨٧	٢١٧	٢٦	١٤٤
٨٦	٢١٦	٢٤	١٤٢
٨٥	٢١٥	٢٢	١٤٠
٨٤	٢١٤	٢١	١٣٨
٨٣	٢١٣	٢٠	١٣٦
٨٢	٢١١	١٩	١٣٤
٨١	٢٠٩	١٨	١٣٢
٨٠	٢٠٧	١٧	١٣٠
٧٩	٢٠٥	١٦	١٢٨
٧٨	٢٠٣	١٥	١٢٦
٧٧	٢٠٠	١٤	١٢٤
٧٦	١٩٨	١٣	١٢٢
٧٥	١٩٦	١٢	١٢٠
٧٣	١٩٤	١١	١١٨
٧١	١٩٢	١٠	١١٦
٦٩	١٩٠	٩	١١٤

عدد المرات	النسبة المئوية	عدد المرات	النسبة المئوية
١١٢	٨	١٨٨	٦٧
١١٠	٧	١٨٦	٦٥
١٠٨	٦	١٨٤	٦٣
١٠٦	٥	١٨٢	٦١
١٠٤	٤	١٨٠	٥٩
١٠٢	٣	١٧٨	٥٧
١٠٠	٢	١٧٦	٥٥
أقل من ١٠٠ سم	١	١٧٣	٥٣

قــام بإعــداد الاختبارات والجداول الأستاذ الدكتور / إسماعيل حامد عثمان رئيس الاتحاد المصرى للملاكمة ونائب رئيس الاتحاد الدولى .

جداول الاختبار رقم (٤)
(الوقوف توازن على معكب من الخشب)

النسبة المئوية	عدد المرات	النسبة المئوية	عدد المرات
١٠٠	٧٠	٦٥	٣٥
٩٩	٦٩	٦٤	٣٤
٩٨	٦٨	٦٣	٣٣
٩٧	٦٧	٦١	٣٢
٩٦	٦٦	٦٠	٣١
٩٥	٦٥	٥٧	٣٠
٩٤	٦٤	٥٤	٢٩
٩٣	٦٣	٥١	٢٨
٩٢	٦٢	٤٨	٢٧
٩١	٦١	٤٥	٢٦
٩٠	٦٠	٤٢	٢٥
٨٩	٥٩	٣٩	٢٤
٨٨	٥٨	٣٦	٢٣
٨٧	٥٧	٣٣	٢٢
٨٦	٥٦	٣٠	٢١
٨٥	٥٥	٢٧	٢٠
٨٤	٥٤	٢٤	١٩
٨٣	٥٣	٢٣	١٨
٨٢	٥٢	٢٢	١٧
٨١	٥١	٢١	١٦
٨٠	٥٠	٢٠	١٥
٧٩	٤٩	١٩	١٤
٧٨	٤٨	١٨	١٣
٧٧	٤٧	١٧	١٢
٧٦	٤٦	١٦	١١
٧٥	٤٥	١٥	١٠
٧٤	٤٤	١٤	٩
٧٣	٤٣	١٣	٨
٧٢	٤١	١٢	٧

النسبة المئوية	عدد المرات	النسبة المئوية	عدد المرات
٧١	٤٠	١١	٦
٧٠	٣٩	٩	٥
٦٩	٣٨	٨	٤
٦٨	٣٧	٥	٢
٦٧	٣٦	٣	١

قام بإعداد الاختبارات والجداول

الاستاذ الدكتور / إسماعيل حامد عثمان – رئيس الاتحاد المصرى للملاكمة

– ونائب رئيس الاتحاد الدولى

مرفق رقم ٣
استمارة استطلاع رأى

السيد الأستاذ/

تحية طيبة وبعد ،،،

حيث يقوم الباحث محمد إسماعيل حامد عثمان بدراسة للحصول على درجة الماجستير فى طرق التدريس التربية الرياضية وموضوعها " أثر استخدام التعليم المبرمج على تعلم المهارات الاساسية لرياضة الكيك بوكسنج".

وإيمانا منا بالدور الذى تسهمون به فى رفع شأن الرياضة والارتقاء بها فى جميع مجالاتها، نأمل التفضل بالإطلاع على الاستمارة المرفقة وإبداء الرأى حول الاسئلة والاستفسارات التى تشملها حتى تتاح الفرصة للباحث بتحديد مواصفات من يقوم بتقييم الدراسة وتحديد البنود التى يجب ان تقوم عليها العينة وكذلك أسلوب التقييم، والباحث يتقدم لكم بخالص الشكر والتقدير مقدما لتعاونكم الصادق.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

الباحث

محمد إسماعيل حامد

تابع مرفق رقم (٣)

استمارة استطلاع رأى

أولا : بيانات عامة :-

١) الاســم : ....

٢) الوظيفة : ....

٣) المؤهل العلمى وتاريخـــــه : ....

٤) مدة العمل فى مجال التدريس : ....

٥) مدة العمل فى مجال التحكيم : ....

ثانيا المهارات المتعلمة لعينة البحث:-

أحـيط سـيادتكم علما بأنه تم تعلم المهارات الاساسية لرياضة الكيك بوكســينج والــذى يشــمل المهــارات المستقيمة (اليسرى واليمنى) الرأس والــدفاعات الخاصــة بهــم ومهارات الرجلين والدفاعات الخاصة بها ، وتم تقســيم العيــنة إلـــى مجموعتين أحداهما مجموعة تجريبية (طريقة التعليم المبرمج) والاخرى مجموعة ضابطة (التعليم بالطريقة التقليدية) .

وبالـــرجوع إلـــى الدراســـات الســـابقة وجد أن طريقة التقييم التى تستخدم هى الآتى :

١- يؤدى اللاعبين المهارات المقررة عليه بالمنهج من الثبات بدون زميل.

٢- يــؤدى اللاعبــين المهــارات المقررة عليه بالبرنامج من الحركة (اللكم التخيلى).

٣- يــؤدى اللاعبين المهارات المقررة عليه بالبرنامج من الثبات مع الزميل (لتقييم الدفاعات) .

٤- يــؤدى اللاعبين المهارات المقررة عليه بالبرنامج من الحركة مع الزميل (اللكم الحر) .

ويــرغب الباحث معرفة رأى سيادتكم فى تحديد ما هى أنسب مرحلة مــن مراحل الأداء التى يقيم عينة البحث فيها لتحديد مستواهم فى المهارات المتعلمة.

لــذا يرجــى من سيادتكم وضع علامة (   ) فى الخانة التى تعبر عن مدى أهمية المرحلة التى يتم تقييم المهارة فيها مع مراعاة أن الهدف من المــنهج موضوع الدراسة هو اكتساب اللاعبين أداء المهارات بصورة جيدة وليس الوصول إلى مستوى البطولة والدرجة (٥) هى أعلى الدرجات.

تابع مرفق رقم (٣)

م	المهارة ومراحل الأداء المختلفة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها				
		٥	٤	٣	٢	١
١	**وقفة الاستعداد ووضع القبضة :** - وقفة الاستعداد ووضع القبضة من الثبات - وقفة الاستعداد ووضع القبضة من الحركة					
٢	**التحركات بالقدمين :** - التحركات بالقدمين ببطء. - التحركات بالقدمين مع الزيادة فى السرعة					
٣	**المستقيمة اليسرى للرأس:** - المستقيمة اليسرى فى الرأس من الثبات ببطء. - المستقيمة اليسرى فى الرأس من الثبات والرجوع لوضع الاستعداد.					
٤	**المستقيمة اليمنى فى الرأس:** - المستقيمة اليمنى الرأس من الثبات ببطء. - المستقيمة اليمنى الرأس من الثبات والرجوع لوضع الاستعداد.					
٥	**الدفاع بميل الجذع للخلف ضد اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس** - الدفاعات بالصد بكف اليد اليمنى ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الثبات. - الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الحركة .					

تابع مرفق رقم (٣)

م	المهارة ومراحل الأداء المختلفة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها				
		٥	٤	٣	٢	١
٦	الدفاع بميل الجذع للخلف ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الثبات. - الدفاع بميل الجذع للخلف ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الثبات. - الدفاع بميل الجذع للخلف ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الحركة .					
٧	الدفاع بالخطو للخلف ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس. - الدفاع بالخطو للخلف ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الثبات. - الدفاع بالخطو للخلف ضد المستقيمة اليسرى فى الرأس من الحركة .					
٨	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى ضد المستقيمة اليمنى فى الرأس . - الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى ضد المستقيمة اليمنى فى الرأس من الثبات. - الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى ضد المستقيمة اليمنى فى الرأس من الحركة.					
٩	الدفاع بميل الجذع للخلف ضد المستقيمة اليمنى فى الرأس. - الدفاع بميل الجذع للخلف ضد المستقيمة اليمنى فى الرأس من الثبات . - الدفاع بميل الجذع للخلف ضد المستقيمة اليمنى فى الرأس من الحركة.					

تابع مرفق رقم (٣)

م	المهارة ومراحل الأداء المختلفة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها				
		٥	٤	٣	٢	١
١٠	الـــدفاع بالخطـــو للخلف ضد المستقيمة اليمنى للرأس . – الـــدفاع بالخطو للخلف ضد المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات . – الـــدفاع بالخطو للخلف ضد المستقيمة اليمنى للرأس من الحركة .					

تابع مرفق رقم (٣)

م	المهارة ومراحل الأداء المختلفة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها				
		٥	٤	٣	٢	١
١١	أداء الـــركلة الأمامية بالقدم اليسرى الأمامية من الثبات والثبات فى الأداء					
١٢	أداء الـــركلة الأمامـــية بالقدم اليسرى من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.					
١٣	أداء الـــدفاع بالدفـــع للداخل بالزراع اليمنى من الثبات مع الزميل.					
١٤	أداء الـــدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الأمامية بالقدم اليسرى الأمامية مع الزميل.					
١٥	أداء الحـــركة الأمامـــية بالقـــدم اليمنى الخلفية والثبات فى الأداء.					
١٦	أداء الحـــركة الأمامـــية بالقـــدم اليمنى الخلفية والرجوع لوقفة الاستعداد.					
١٧	أداء الـــدفاع بالدفع للداخل بالذراع اليسرى ضد الـــركلة الأمامية بالقدم اليمنى للخلف مع الزميل من الثبات.					
١٨	أداء الـــدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة الامامية بالقدم اليمنى الخلفية مع الزميل من الثبات.					
١٩	أداء الـــركلة النصـــف دائـــرية بالقـــدم اليسرى الامامية من الثبات والثبات فى الأداء.					
٢٠	أداء الـــركلة النصـــف دائـــرية بالقـــدم اليسرى الامامية من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.					
٢١	أداء الـــدفاع بالخطو للخلف ضد الركلة النصف دائرية بالقدم اليسرى الامامية مع الزميل الثبات.					
٢٢	أداء الـــدفاع بالدفع للخارج بالذراع اليمنى ضد الـــركلة نصف دائرية بالقدم اليسرى الامامية مع الزميل من الثبات .					

تابع مرفق رقم (٣)

م	المهارة ومراحل الأداء المختلفة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها				
		٥	٤	٣	٢	١
٢٣	أداء الـركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى للخلف من الثبات و الثبات فى الأداء.					
٢٤	أداء الـركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى للخلف من الثبات و العودة لوقف الاستعداد.					
٢٥	أداء الـدفاع بالخطو ضد الركلة النصف دائرية بالقدم المينى الخلفية من الثبات مع الزميل.					
٢٦	أداء الـدفاع بالدفع للخارج بالذراع اليسرى ضد الـركلة النصف دائرية بالقدم اليمنى الخلفية مع الزميل من الثبات.					
٢٧	أداء الركلة الجانبية ببطن القدم الامامية للجسم.					
٢٨	الدفـع للخارج بكف اليد اليسرى للركلة الجانبية بباطن القدم الامامية للجسم.					
٢٩	الـركلة الدائـرية الامامـية من الداخل للخارج بمشط القدم للرأس.					
٣٠	الـدفاع بالخطـو للخلـف ضد الركلة الدائرية الامامـية مـن الداخل إلى الخارج بمشط القدم للرأس.					
٣١	الركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس.					
٣٢	الـدفاع بالخطو للخلف للركلة ٣٦٠ بمشط القدم اليمنى للرأس.					

مرفق رقم (٤): أسلوب التقويم ومواصفات المحكم:-

يرجـــى من سيادتكم إبداء الرأى فى كل عبارة ووضع علامة (   ) فـــى الخانة التى ترون أنها تتناسب وأهمية هذه العبارة مع مراعاة أن الهدف من المنهج موضوع الدراسة هو اكتساب الطلاب أداء المهارات بصورة جيدة وليس الوصول إلى مستوى البطولة. والدرجة (٥) هى أعلى الدرجات.

مرفق رقم (٤)

م	العبارة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها					ملاحظات
		٥	٤	٣	٢	١	
١	**أسلوب التقويم:**						
	- يفضل استخدام اختبارات مقننة لقياس الأداء المهارى للكيك بوكسينج.						
	- التقويم فى الكيك بوكسينج يكون عن طريق المحكمين المتخصصين.						
	- لا توجد اختبارات مقننة لقياس الأداء المهارى فى الكيك بوكسينج ٠						
٢	**مواصفات المحكم:**						
	- مواصفات المحكم أن يكون استاذ وأستاذ مساعد ملاكمة أو كيك بوكسينج.						
	- مواصفات المحكم أن يكون مدرس ملاكمة أو الكيك بوكسينج						
	- مواصفات المحكم أن يكون مدرس مساعد للملاكمة أو الكيك بوكسينج.						
	- مواصفات المحكم أن يكون مدربا قوميا للملاكمة أو الكيك بوكسينج.						
	- مواصفات المحكم أن يكون حكم دولى أو قارى للملاكمة أو الكيك بوكسينج.						
٣	**عدد المحكمين :**						
	- يكون عدد المحكمين لتقويم عينة البحث ثلاثة						
	- يكون عدد المحكمين لتقويم عينة البحث خمسة						
٤	**خبرة المحكم:**						
	- تكون خبرة المحكم لا تقل عن ١٠ سنوات فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج						
	- تكون خبرة المحكم لا تقل عن ١٥ سنة فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج						
	- تكون خبرة المحكمة لا تقل عن ٢٥ سنة فى مجال الملاكمة أو الكيك بوكسينج.						

تابع مرفق رقم (٤)

م	المهارة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها ٥	٤	٣	٢	١	ملاحظات
١	وقفة الاستعداد ووضع القبضة من الثبات.						
٢	وقفة الاستعداد ووضع القبضة من الحركة .						
٣	التحركات بالقدمين ببطء.						
٤	أداء اللكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
٥	أداء اللكمة المستقيمة اليسرى من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
٦	أداء اللكمة اليسرى للرأس فى صورة لكم تخيلى .						
٧	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
٨	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
٩	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليسرى للرأس فى صورة لكم تخيلى.						
١٠	الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
١١	الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات ولرجوع لوقفة الاستعداد.						
١٢	الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس فى صورة لكم تخيلى.						
١٣	الدفاع بالخطو للكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
١٤	الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
١٥	الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليسرى للرأس فى صورة لكم تخيلى.						
١٦	أداء اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						

تابع مرفق رقم (٤)

م	المهارة	درجة أهمية المرحلة التى تقيم المهارة فيها					ملاحظات
		٥	٤	٣	٢	١	
١٧	أداء اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
١٨	أداء اللكمة المستقيمة اليمنى للرأس فى صورة لكم تخيلى.						
١٩	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
٢٠	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
٢١	الدفاع بالصد بكف اليد اليمنى للكمة المستقيمة اليمنى للرأس فى صورة لكم تخيلى.						
٢٢	الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
٢٣	الدفاع بميل الجذع للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
٢٤	الدفاع بميل الجذع للكمة المستقيمة اليمنى للرأس فى صورة لكم تخيلى.						
٢٥	الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى للرأس من الثبات والثبات فى الأداء.						
٢٦	الدفاع بالخطو للخلف للكمة المستقيمة اليمنى الرأس من الثبات الرجوع لوقفة الاستعداد .						
٢٧	أداء الركلة الامامية بالقدم اليسرى من الثبات والثبات فى الأداء.						
٢٨	أداء الركلة الامامية بالقدم اليسرى من الثبات والرجوع لوقفة الاستعداد.						
٢٩	أداء الركلة الامامية بالقدم اليسرى فى صورة لكم تخيلى						
٣٠	الدفاع بالدفع للداخل.						

ملخص البحث

اولاً : ملخص البحث باللغة العربية
ثانياً : ملخص البحث باللغة الأنجليزية

المقدمة ومشكلة البحث :

إن التعلـــيم المبـــرمج طـــريقة من طرق التعليم أحدثت ثورة فى ميادين التـــربية والتعلـــيم وكذلك فى التدريب الصناعى والعسكرى فى العالم حيث يري كليري Cleary (١٩٧٣) طريقة التعلم الفردي الذي يتحقق من خلال سلسلة مـــن المصطحات أو النماذج المصممة التى تتطلب استجابات من المتعلم ثم تمده بالمعلومات طبقا لنوع الاستجابة وهو يعتبر نوع من انواع التعلم الذاتى يعمل فيه المعلـــم على قيادة التلميذ وتوجيهه نحو السلوك المنشود ، وهو برنامج أعدت فيه المادة التعليمية اعدادا خاصا وعرضت فى صورة كتاب مبرمج ٠

كمـــا أنـــه يسعى إلى وضع ضوابط على عملية التعلم وذلك بالتحكم فى تهيـــئة مجالات الخبرة التعليمية وتحديدها بعناية فائقة وترتيب متابعتها فى مهارة فائقـــة ودقـــة ، بحـــيث يقـــوم الفـــرد عن طريقها بتعليم نفسه واكتشاف أخطائه وتصـــحيحها حتـــى يتم المتعلم ويصل للمستوي المطلوب والمناسب من الاداء٠ وقبل ان يسير الدارس فى هذه الخطوات فإنه يجتاز اختبار اخر بعد الانتهاء من هذا البرنامج حتى يتسنى له معرفة ماحققه من اهداف الدرس ومستوي ادائه٠

ولـــيس معنـــى هذا ان التعليم المبرمج او الكتاب المبرمج يمكن ان يحل محل المدرس الذي هو عنصر اساسي في العملية التعليمية ولكنها وسيلة لمساعدة المدرس على تحسين التعليم ٠

والكـــيك بوكســـينج Kick Boxing رياضة عالمية ، جاءت محصلة لـــتطور الفنون القتالية عبر العصور ، اوجدها خبراء لديهم خبرة عالية فى مجال الفـــنون القتالـــية المخـــتلفة ٠٠ وكـــان هدفهم من تأسيس هذا الاسلوب الخروج بإسلوب اكثر إثارة ، وتطوير قوانين القتال ، واساليب التعليم لتصبح اكثر فعالية وســـهولة ، واستحدث طرق جديدة فى التعلم مثل التركيز ، النظام الصحة والقوة الذهنية ٠٠ وقد اعتمدوا اساسيات الكاراتية التقليدية وغيرها من الفنون التقليدية مـــن ناحـــية ضـــربات الارجل واساسيات الملاكمة فى لكمات الايدي وطريقة التحـــرك علي الحلبة وكذلك فقد اعتمدوا علي دمج فنون الكارتية والملاكمة في

بوتقة واحدة ، ولتحقيق هذا الهدف قام هؤلاء الخبراء بزيارات ميدانية لاكثر من مائـة وخمسـين ناديـا ومركزا لتدريب الفل كونتاكت والكاراتية فى اليابان ، اوروبـا ، كـندا والـولايات المـتحدة الامـريكية وقاموا خلال هذه الجولات والـزيارات بإلقـاء العديد من الاسئلة لتلك المدارس والمراكز ، ودونوا عيوب مسـاوي أسـاليب الفل كونتاكت وأساليب الكاراتيه التقليدية المعتمدة علي عدم اللمس او اللمس الخفيف ٠

وبعـد عامين من البحث والجمع للمعلومات والعمل على تطوير مختلف المهـارات والفنيات ، اعلن عن الاسلوب الجديد وهو الفل كونتاكت – كاراتية ، وقد جذب هذا الاسلوب العديد من التلاميذ الممارسين لأساليب اخري ومنهم من يخـاف الفـنون القتالية العسكرية بسبب الاحتكاك الجسدي العنيف ومن يود ان يصـبح بطـلا ومقاتلا وعلى مستوي عالمى ٠ وقد نجح الاسلوب فى الاحتفاظ بأعلـى نسبة من التلاميذ والممارسين لهذه الفنون باعتماد عدة طرق فى التدريب والقـتال وقوانـين للمـباريات ومع مرور الوقت اخذت هذه الرياضة استقلاليتها وإسـتراتيجيتها وفلسـفتها الخاصـة بهـا حتى اصبحت رياضة عصرنا هذا ، وتمارس تحت اسم الكيك بوكسينج عبر قوانين ٠

ولمـا كانت رياضة الكيك بوكسينج من الرياضات المدرجة حديثا بجمهورية مصـر العربية ويسعى القائمون على شئونها ان تكون جمهورية مصر العربية من احدي الدول المتقدمة على مستوي العالم فى هذه الرياضة ، والتى استطاعت مصـر خـلال فترة قصيرة من عمر اتحاد الكيك بوكسينج ان تحقق ١٥ ميدالية متـنوعة فـى بطولات العالم للأساليب المختلفة مما جعل وزارة الشباب تدعم الرياضيات الفردية مثل الملاكمة والمصارعة ورفع الاثقال والجودو والتايكوندو والكاراتـية لمـا حققـته تلـك الرياضات من مستوي متقدم فى بطولات العالم والـدورات الاولمبـية فى السنوات القليلة الماضية ان تدعم ايضا رياضة الكيك بوكسـينج ممـا يدل على اهتمام الدولة ممثلة فى وزارة الشباب بهاذ النوع من الرياضـات الفـردية ، الأمـر الذي دفع الباحث من خلال خبراته بصفته بطلا

للجمهورية في هذه الرياضة ان يسعى للقيام بهذه الدراسة لكى يتسنى للقائمين علي شئون هذه الرياضة تعلم ومعرفة تلك المهارات وذلك لتعليمها للمبتدئين باستخدام التعليم المبرمج والذي استخدم من قبل تعليم العديد من رياضات المنازلات (ملاكمة -مصارعة- جودو - كاراتية) حيث انه حتي الان وفي حدود علم الباحث لايوجد أي بحث تناول موضوع الكيك بوكسينج ٠

هدفا البحث : يهدف البحث الي

١ - التعرف علي اثر استخدام التعليم المبرمج باستخدام الفيديو علي تعلم المهارات الاساسية الرياضية الكيك بوكسينج ٠

٢ - اعداد فيلم تعليمي مبرمج للمهارات الاساسية الكيك بوكسينج٠

فرض البحث

توجد فروق داله احصائيا فى تعليم المهارات الاساسية فى الكيك بوكسينج بين المجموعة التجريبية (التعليم المبرمج) والمجموعة الضابطة (التعليم التقليدي) لصالح المجموعة التجريبية

اجراءات البحث

المنهج : استخدام الباحث المنهج التجريبي وذلك بتصميم مجموعتين تجريبية وضابطة

العينيه : شملت العينة ٤٠ لاعبا من ناشئ نادي الجيش تراوحت اعمارهم بين ١٢ - ١٤ سنه بدون سابق خبرة فى مجالى الملاكمة او الكيك بوكسنج وقد تم اجراء تجانس للعينة فى السن ، الطول والوزن وكذلك في القدرات البدنية ٠

ادوات جمع البيانات :

استخدم الباحث استمارة استطلاع رأي الخبراء فى اختيار العينة وكذلك لكيفية تقييم عينه البحث ، و طبقت علي خبراء في مجالي الملاكمة والكيك بوكسينج بهدف تقييم الاداء المهاري لعينة البحث

وقـــد قام الباحث بإجراء خمسة (٥) دراسات استطلاعية اولا على الخبراء لـتحديد الزمن وعدد الاطر (تقييم داخلى للبرنامج) ، واخيرا تم التطبيق على مـــدرب بإســتخدام شــريط التعليم المبرمج علي اللاعبين وبذلك توصل الباحث لبرنامج ذا معاملات علمية صحيحة ٠

أسلوب التحليل الأحصائي :

إســتخدام الباحث المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وتمثلت فــى " المتوســط الحســابي" ، الإنحراف المعياري ، الدرجة الثائية ، معامل الألتواء والنسبة المئوية ٠

الإستنتاجات :

١ – تؤثــر طريقة التعليم المبرمج (الفيديو المبرمج) كإحدى طرق التعليم تأثيرا ايجابيا فعالا على تعلم المهارات الاساسية لرياضة الكيك بوكسينج ٠

٢ – ان طــريقة التعلــيم المبرمج (الفيديو المبرمج) تلغى الحاجز بين الطلاب والمعلم وتزيد من العلاقة بينهم ، وهذا ما لا تتيحه طريقة التعليم التقليدية

٣ – اســتخدام طــريقة البــرمجة تزيد من فاعلية الطلاب فى التعليم ، وتراعى الفــروق بــين الطلاب ، وتؤدي الى ادراكهم لمدي نجاحهم فى تعلم المادة التعليمـــية موضـــوع البحث وتقويمهم لذاتهم باستمرار ، وذلك عن طريق التعزيز الفوري – معرفة الطلاب لنتائج تعلمهم – مما يعزز تعليم اللاعبين ويدعمـــه ويزيد من سرعة التعليم وتكرار الاداء واتفاقه في جو من المتعه والامن والتشويق ٠

٤ – تســاعد طــريقة البرمجة على حل كثير من المشكلات التى تواجه القائمين تعليم رياضة الكيك بوكسينج كالزيادة العددية للاعبين وكذلك عدم انتظامهم في التدريب ٠

التوصيات

١ – اســتخدام التعلــيم المبرمج (الفيديو المبرمج) فى تعليم جميع مهارات الكيك بوكسينج الاساسية – الهجومية – الهجومية المضادة – الدفاعية) ٠

٢ – استخدام نظام البرمجة فى تدريس مادة الكيك بوكسينج لطلاب كليات التربية الرياضية لجميع السنوات الدراسية والتخصصات ٠

٣ – تكــوين لجــنة مــن خبــراء التعليم المبرمج واعضاء اللجنة الفنية بالإتحاد المصــري للملاكمــة ولجنة الكيك بوكسينج تقوم بإعداد برامج التدريب في صورة برامج علمية مبرمجة لجميع مراحل التدريب والمنتخبات القومية ٠

٤– ضرورة عقد دورات تدريبية ودراسات علمية لمدربى الكيك بوكسينج لجميع المــراحل الســنية للتعــرف علــى اساليب التعليم المبرمج ، وعلي احدث الوسائل فى طرق التعليم ودورهما فى التعليم المبرمج ٠

٥ – اســتخدام انواع مختلفة من البرمجة فى مجال تدريس وتدريب الكيك بوكينج وتطوير اساليب البرمجة واشكال البرامج ٠

2- Programmed teaching cancels the limits between students & teacher, and also increases the relation between them, which is not available by the traditional method.
3- Programmed teaching increases student's effectiveness in learning & takes care for individual differences between students, and leads to the possibility of continuos self evaluation by immediate support – knowing the result of learning – which eventually in creases the learning speed, performance repentance in an interesting atmosphere.
4- Programmed training assists in solving many problems that confronts responsible of kick boxing teaching as the increase of participants number & loosing the regularity in attending the training :

Recommendations: -

1- it's important to use programmed teaching (by using programmed video) in teaching all kick boxing basic skills
(attack , defense & counter attach) .
2- its important to teach programmed teaching in teaching kick boxing for physical education students .
3- Forming a committee consisting of programmed teaching experts along with members of technical committee , to conduct a training program in the feature of scientific programmed programs for all training stages & national teams.
4- It's important to conduct scientific & training courses for kick boxing coaches of different age stages to recognize programmed teaching and the most modern methods in teaching methods .
5- It's important to use different methods of programming in teaching field, kick boxing training , developing programming methods & programs format .

Aims of the research: -

1- Preparing an educational programmed film of kick boxing basic skills .
2- Identifying the effect of using programmed teaching by using video on teaching kick boxing basic skills.

Research hypotheses: -

A significant statistical differences will be detect in teaching kick boxing basic skills between both experimental (programmed teaching) and control (traditional method) groups for the experiment group.

Procedures of the research:

- **Method of the research : -**

The researcher used the experimental method for it suits the nature of the research by designing two groups experimental & control groups .

Sample of the research :

player (12-14 years old) were s submitted to research , whom with no previous experience in boxing or kick boxing , balancing was made for the sample in age , height , weight , agility , long jump & balance variables .

methods of collecting data :

The researcher used Data sheets for registering data of sample, physical fitness degrees, growth ratio measurements.

statistical manipulation :

The researcher used the following methods: -
Arithmetic mean, standard deviation, t- score, skeweness coefficient & percentages.

Conclusions: -

1- Programmed teaching positively affects teaching kick boxing basic skills.

ring , therefore they used both karate & boxing regulations in the same path .

the experts, therefore , conducted many field visits to more than 150 sport clubs & centers for training full contact & karate in Japan , Europe , Canada , U.S.A where they studied all these schools and hence registered the negatives of full contact methods & karate's traditional methods in not touching or simple touch .

After two years of research and collecting data , working developing different skills and tactics , they announced the new method - full contact – karate , which eventually attracted many participants from other methods , those were represented in players wishes to become international champion or fighter and also those who fear martial arts because of hard body fraction so it succeeded in keeping the highest ratio from students & participants by approving many training , fighting methods regulations of fighting's .

by the time , kick boxing has became more individual by it's own strategy and philosophy until it became as one of the sports that represents our time being .

recently , kick boxing was included in A.R.E , where it's administrator seeks to make Egypt one of the leading countries on the international level , as we were able in a short time of kick boxing federation to achieve (15) various medals in the world championships of different methods , therefore , ministry of youth which support the individual sports such as boxing , wrestling , weight lighting , judo , kick boxing ,

tea kwando & karate for their achievements in the world championship's and the Olympic games .

so , the researcher – as a national champion this sport- conducted this research to assist the responsible in teaching and identifying these skills to teach it to beginners by using the programmed teaching which was previously used in teaching many compete sports (boxing - wrestling – judo & karate , also and in limits of the researcher's knowledge no research applied to the same topic in kick boxing .

Summary of the research

Introduction and problem of the research: -

Programmed education is one of the teaching methods which made a revolution in education realms, also in the industrial and military training all over the world, where cleary (1973) states that the individual method for teaching is achieved through a chain of terminology or the designed models which needs the respond of the student, then provide him with information's according to the kind of respond, therefore it is considered one of the self – teaching methods where teacher leads and orient the student toward the desired attitude as the main educational context of this method we specially prepared in a programmed book feature .

also this method seeks conducting some regulations concerning the educational process by controlling the preparation of educational experience realms and determining it carefully and also arranging it's follow-up accurately as the individual teaches him self and discovers his own mistakes and corrects it until teaching is completed by reaching the desired and suitable level of performance . Thus, before executing this process the student firstly must pass another test after finishing it so that he would be able to recognize his achievement & performance's level.

This does not mean that programmed teaching or book could fill in for the teacher as a human , who is considered a fundamental element in the educational process , but it's only a method to assist teachers to improve teaching, also it provides a chance to achieve the educational aims , which were left behind for a long time .

Kick boxing is a world wide sport, resulted from the development of compact & martial arts within ages founded by experts in different martial arts , and through establishing this method they aimed to get more excitement , developing compete regulations and teaching methods to be more effective and easy , by concentration , discipline , health & mental power they depended on traditional karate basics and other traditional martial arts throughout kicks & also boxing basics in punches and moving on the

Helwan University
Faculty Of Physical Education for men– Cairo

The effect of using the programmed education on teaching the fundamental skills for Kick Boxing

A Reseach Presented By:

MOHAMED ISMAIL HAMED OSMAN

Assistant Lecturer,
Faculty Of Physical Education
Helwan University

Supervised by
Prof. Dr. DHA El DEEN MOHAMED
Prof. Dr. OF Sport
Faculty Of Physical Education
Helwan University

ASS. Prof. Dr. EHAB KAMEL AFIFE
ASS. Prof. Dr. OF Sport
Faculty Of Physical Education
Helwan University

Cairo
2003 – 1423

